Máté G. Péter

Pofonok urai

Előszó

Meglehetősen régen, harminchat évesen lettem újságíró, azóta jelennek meg rendszeresen írásaim. Publikációim és novelláim kötetekké álltak össze, amelyeket nyomtatásban majd digitális felületen, olykor hangoskönyvként tettem közzé.

A mostanival együtt eddig tizenkilenc könyvemet olvashatták a rövid novellák, esszék, publicisztikák kedvelői, mellettük a saját írásaimból született nyolc általam írt, szerkesztett, felolvasott hangoskönyvet tettem nyilvánossá. Mindegyik könyvem és hangoskönyvem ingyen letölthető a Magyar Elektronikus Könyvtárból (www.mek.oszk.hu).

Büszke vagyok rá, hogy e pozícióban kirívóan hosszú ideig, huszonegy évig lehettem a velencei-tavi térségi televízió, a Tó Tévé, majd megszűnése után még három évig a Pusztaszabolcs Tévé főszerkesztője.

Újságírói pályafutásomat evezős edzőként, majd vezető edzőként sportszakmai lapban közzétett írásokkal kezdtem. Az első komoly publikálási lehetőséget a Fejér Megyei Hírlaptól kaptam. Írásaim ezt követően mind sűrűbben jelentek meg a Hírlap mellett az Új Tükörben, Nők Lapjában, Esti Hírlapban, Magyar Nemzetben, Népsportban, Nemzeti Sportban, Tallózóban, Népszabadságban, Fehérvári Hétben, Fehérvári Polgárban, és még mintegy további harminc kisebb-nagyobb lapban. A nyomtatott sajtóban legtovább a Vasárnapi Fejér Megyei Hírlapban és a Fehérvári 7 Napban publikáltam. Felkérésre egy tizenegy részes sorozat erejéig kirándultam a meseírás területére is.

Dolgoztam külsős szerkesztő-riporterként a Magyar Televízióban, a Duna Tévében, vezettem műsort a Danubius Rádióban és alapító főszerkesztője voltam a rövid életű Rádió 101 Gárdony elnevezésű helyi rádiónak. Több mint tizenegy évig szerkesztőként gyakoroltam az online újságírást, napi rendszerességgel írtam, szerkesztettem e-lapomat, a *v-to.eu*-t, közismertebben a *Vétó*t, amelyet amikor újságként eljárt felette az idő véleményoldalammá alakítottam át. Utódján, a https://mategpeter című

oldalon és a több közösségi felületen teszem közzé nézeteimet, véleményemet a világ dolgairól.

Írásaimban nyugtalan világunk mindennapjai jelennek meg, amelyhez igyekszünk alkalmazkodni. Ha Ön, igen tisztelt olvasóm gondolataimmal egyetért, vitatkozik velük, vagy eltűnődik rajtuk, már nem dolgoztam hiába.

Köszönöm, ha elolvassa újabb könyvemet.

Máté G. Péter

2026

Csendes felmondás

Amikor először hallottam a csendes felmondás kifejezést, vagyis a quiet quitting-et, nemigen tudtam hova tenni. Pedig mint kiderült, nagyon is sokakat érintő jelenségről van szó. A csendes felmondás az, amikor a munkavállaló elveszíti munkája iránti lelkesedését és csak annyit dolgozik a munkahelyén, amely arra elég, hogy ne rúgják ki.

Világunkra jellemző, hogy a dolgozókat a munkáltatók sok esetben szinte kizsigerelik. Ismerek olyan ügyvédjelöltet, aki a jogi egyetem utáni kötelező gyakornoki éveit tölti egy nagyobb irodában, ahol a főnöke megköveteli, hogy minden reggel előtte érkezzen a munkahelyére és azt szereti, ha alkalmazottja már elmélyülten munkálkodik valamilyen ügyön. E jelölttől a hivatás, a szakma megbecsüléseként azt is elvárja, hogy estig, vagy hétvégenként is, dolgozzon, ha ő erre tart igényt. És nincs ez másként a építészmérnökökkel, pénzügyi, gazdasági területen dolgozókkal és a sort még hosszan sorolhatnánk.

A kiégés, vagyis a burn out korunk jellemző pszichés tünete, válaszként a túlhajszoltságra. A csendes felmondás egy tudatos vagy ösztönös védekezés a kizsigerelő foglalkoztatásra. Ez a vezetői stílus figyelmen kívül hagyja a magánszférabeli igényeket, a szakma iránti kíváncsiságot, a tanulási vágyat

és egyfajta robottá alacsonyítja a dolgozót, alárendelve a saját céljainak. A csendes felmondást egyre többen művelik úgy, hogy közben nem akarják elveszíteni a munkahelyüket, mert nem könnyű újabb, esetleg könnyebb és jobb munkahelyet találni, ráadásul, ha még a fizetés is elfogadható. Csak éppen a munkakörülmények nem, ahogy a vezető vezetési stílusa és a számtalan túlmunka sem. Ez tipikusan a rendkívül sikeres, azonos című regény és film nyomán keletkezett mondás szerint a 22-es csapdája, vagyis az a helyzet, amelyből nemigen lehet győztesen kikerülni.

A szakértők úgy vélik, hogy a csendes felmondás általában végül mégiscsak elválással végződik. Egy korábban sem csúcsszinten teljesítő dolgozó esetében ez a munkáltatónak kevésbé fájdalmas, vagy éppenséggel szükségszerű is, de egy felkészült, komoly tudással, munkavégző képességgel rendelkező alkalmazottnál már gondot jelent. Pedig a jelek egyértelműek és az odafigyelő főnöknek ezeket észre is kellene vennie.

Mindez nem egyszerű feladat, hiszen éppen a jelzett regényből is kiderül, hogy milyen az, amikor önmagát túlértékelő főnök ugráltat, aláz meg, vagy éppenséggel akadályoz mást a munkájában, hogy aztán a kudarcért a dolgozót tegye felelőssé. Sajnos itt már a munka világából át is tévedtünk a politika színterére, az önmagukat fényező, többre tartó, de hozzá nem értő, a fejlődést akadályozó vezetők világába.

Ámbár sajnálatos módon ők még csendesen sem szoktak felmondani.

Párhuzamos

- Egy másik univerzumban biztosan így lenne – válaszolta ismerősöm, amikor összefutottunk és a dolgai iránt érdeklődtem, amivel panaszáradatot indítottam el. Biztattam, hogy biztosan rendeződnek majd a gondjai. Akkor tette a fenti kijelentést.

Nem akartam jobban belebonyolódni a beszélgetésbe, éhes is voltam már, igyekeztem haza a beszerzett harapnivalókkal, de a gondolat ott motoszkált a fejemben. Olvastam ugyanis, hogy a tudósok szerint létezhetnek a

miénkkel párhuzamos univerzumok is. Még belegondolni is szédítő, hogy a mi világegyetemünkkel is éppen csak ismerkedünk, a kiváló űrtávcsöveknek köszönhetően mind távolabbra és időben is mind korábbra látunk, mégis a ki tudja hány milliárd galaxis sokmilliárdnyi csillaga és a körülöttük keringő mindenféle égitestek felfoghatatlanná teszik a saját kozmoszunk végtelenségét.

Ennek ellenére csak nem hagyott nyugodni a gondolat, vajon a miénkkel párhuzamos univerzumok valamelyikében, vagy éppen mindegyikében éppen így töröm a fejem a végtelenség és párhuzamosság titkain, mint ebben? Ugyanúgy, ahogy itt, ahol lassan középiskolás korú autómmal gurulok hazafelé a megint drágult élelmiszerekkel és azon elmélkedem, hogy esetleg lehetne-e jobb a sorsom valamelyik másik világmindenségben?

Olvastam egyszer, hogy a párhuzamos univerzumban is talán mindannyian létezünk, akik ma élünk, de sorsunk egyáltalán nem biztos, hogy azonos a földi létünkével. Ha jobb lenne, mondjuk soha semmi nem veszélyeztetné az egészségünket, hiszen kiváló egészségügy ellátórendszer lenne hazánkban és nem élnénk rosszabbul vezetőink balfácánságai, kivagyisága, az adóink elherdálása, a pénzünkből gazdagodásuk, állandó ellenségkeresésük és gyűlöletkeltésük miatt, az tetszene. Nem veszítenénk rettenetesen sok pénzt a szövetségeseinkkel szembeni értelmetlen harcaik, viselkedésük miatt és nem kellene rendre szorosabbra húzni a nadrágszíjat, hogy a nyugdíjas, vagy kispénzű dolgozók is kijöjjenek a pénzükből a következő fizetésig, nyugdíjig. Hiszen a multiverzum valamelyik univerzumában talán csak létezhet béke, jó országvezetés, nem megosztott társadalom és nyugalom.

A multiverzum elmélete azt feltételezi, hogy párhuzamosan számos más univerzum is létezik. Ezek mindegyikében van idő, tömeg, energia, tér és ugyanazok a fizika törvényszerűségek is. Egyszóval azok a világok olyanok, mint ez. Vagyis akár létezhetek én is, ön is mindegyikben, ahogy minden, ami most jó vagy rossz errefelé.

Időközben ettem pár falatot és már optimistábban láttam a párhuzamos világok ügyét is. Mert ugyan minek is vágyjunk egy másik világ után, ha még ezt sem tudjuk igazán élhetővé, gondtalanná, békéssé, élvezhetővé tenni? Az újkor nagy német filozófusától, Leibniztől tudjuk, hogy „az adott világ a lehetséges világok legjobbika”.

Jelenleg ez éppen a miénk.

Felettünk a béka hátsója

Akik már szembesültek azzal, hogy egy egészségügyi intézménybe vizsgálati időponthoz csak sokszori kísérlet után és szerencsével tudtak jutni, vagy akik már várakoztak az orvossal találkozásukra heteket, hónapokat, esetleg műtétjükre akár éveket is, tapasztalatból tudják, ami most következik, az nem túlzás.

Kritikán aluli a magyar egészségügy állapota. Az Ipsos évente felméri, hogy hogyan látják az egyes országokban élők az egészségük helyzetét, illetve a részükről elérhető egészségügyi szolgáltatásokat. A 2024-es felméréséből azt tudhattuk meg, hogy nemzetközi szinten a betegek véleménye alapján Magyarországon a legrosszabb az egészségügy megítélése.

A felmérésben 31 ország szerepelt, és ezek közül nálunk a legmagasabb azok aránya, akik úgy ítélték meg, hogy a nekik és családtagjaiknak elérhető egészségügyi szolgáltatások minősége nagyon gyenge. Ilyen választ a megkérdezettek 25 százaléka adott. Ugyanerre a kérdésre a második leggyengébb Lengyelországban mindössze 14 százaléknyian válaszoltak ugyanígy. Vigasztalónak aligha nevezhető, hogy azért volt három százaléknyi magyar, aki „nagyon jó” minősítést adott az egészségügyi szolgáltatásokra.

S hogy a jeles közvélemény-kutató nem volt velünk hátrányosan megkülönböztető, azt jól mutatja a nem sokkal később megjelent OECD jelentés is. A 38 tagországot egyesítő Gazdasági Együttműködési és Fejlesztési Szervezet szerint Magyarországon az emberek elhanyagolják a szűrővizsgálatokat, nem fogyasztanak elég zöldséget és gyümölcsöt. Az állam keveset költ az egészségügyre, nincs elég ápoló és szakdolgozó, továbbá a lakosságszám arányában sokan követnek el öngyilkosságot.

Hazánk kormánya 2022-ben egy ember egészségügyi kiadásaira 1867 eurót költött, míg az EU-ban ennek majd' kétszeresét, átlagosan 3533 eurót fordítottak az országok a polgáraik egészségére. Ennek is következménye, hogy az EU-ban tavaly a születéskor várható élettartam elérte a 81,5 évet, Magyarországon meg csak 76,9 év volt.

Súlyos problémaként említi a jelentés, hogy a magyar lakosság egyre inkább elöregszik és a gyógyításra várók az orvostársadalom ugyancsak mindinkább idősödő tagjaira számíthatnak. Hazánkban ezer főre 3,5 orvos jut, az EU-ban 4,2. Az ápolók, szakdolgozók száma folyamatosan csökken, ezer főre nálunk hatnál is kevesebb nővér jutott, miközben az uniós átlag 8,4 volt. Az egészségügyi szakma cseppet sem népszerű a fiatalok körében.

A jelentést érdemes tanulmányozni, sok mindenre kitér. De, hogy jót is mondjak, amikor megkérdezték a vizsgálódók, hogy a válaszadó hogyan érzi magát, 2023-ban a 65 évesek 22 százaléka mondta azt, hogy az ő egészségi állapota rossz vagy nagyon rossz. Ez az arány 2010-ben még közel 45 százalék volt.

Most már csak az a kérdés, hogy ez a beletörődésünket mutatja, vagy a fásultságunkat?

Esőemberek

Még a kifejezést sem hallottam a több évtizeddel ezelőtt készült Esőember (Rain man) című film bemutatójáig. Akkor is azt gondolhattam, hogy ez egy a sok különleges és ritka betegség közül. Ma meg alig van ember, aki ne hallott volna róla és alfajairól. Ez egy spektrumzavarként számontartott idegi-fejlődési rendellenesség, ami a társadalmi kapcsolatokban, kommunikációs képességekben, abnormális viselkedésben és érdeklődésben nyilvánul meg. A nyolcévesek körében mért legutóbbi adatok szerint minden 54. gyermek esetében igazolható az állapot, ez pedig az ezredfordulón mért gyakoriság sokszorosa.

Minden száz autizmussal élő gyermekből nagyjából öt válik önálló felnőtté, 25-30 jelentős fejlődést mutat, de segítséget, ellenőrzést igényel. A többiek súlyosan fogyatékosak és ellátásra szorulnak. Külföldi adatok alapján Magyarországon **16-22 ezer** autista él.

Tudom, hogy ez téma nem éri majd elolvasóim többségének ingerküszöbét és ez szerencse. Mert aki szülőként ebbe belekerül, igen komoly problémákkal szembesül. A minap a Pingvin anyukák című hatrészes lengyel sorozatot néztem meg, amelyben adva volt egy több mit tíz éve véletlenül teherbe esett ketrecharcos nő és a korát meghazudtolóan okos, de az átlagostól sok tekintetben eltérő viselkedésű kisfia. A néző egy idő után tapasztalhatta, hogy valami nincs rendben a gyerekkel, míg az édesanya, aki pénzét versenyzéssel kereste, nagyon sokáig tagadásban élt, nem fogadta el, hogy a gyereke más. A film az ő és sorstársainak gyermekükért folytatott küzdelmét mutatja be.

Az ember joggal gondolhatja, hogy a fejlett Lengyelország e téren nagyon is elmaradott, hiszen semmiféle állami, intézményi, pénzügyi támogatást nem kapott a filmbéli anya. Nem sokkal később hazai egy rádióműsorban is az autizmus volt a téma. Szakemberek, szülők szólaltak meg és adtak elkeserítő látleletet a helyzetükről. Mert vannak olyan autista gyerekek és ők a többség, akik 24 órás felügyeletet igényelnek, akik nem csak magukat ellátni nem tudó, de környezetükre is veszélyes, szüleiket, családtagjaikat is bántalmazó betegek. A szüleik, többnyire az anyjuk élete minden mást, ambíciót, karriert, normális családi életet kizáró, csak a beteg gyerek létfeltételeinek biztosítását szolgáló létté silányul.

Mint kiderült, nincs speciális intézményük, a legtöbb iskola idehaza nem fogadja őket, egy idő után semmiféle segítséget sem kapnak és marad számukra az oldd meg magad állapot. Az anyák többnyire magukra maradnak autista gyermekükkel, mert a házasságok döntő többsége válással végződik. És ha van még másik, ép gyerek a családban, akit a beteg miatt elhanyagolnak, neki meg ezért lehetnek pszichés gondjai. A megoldás nem egyszerű, az államnak, a társadalomnak kellene sokkal többet tennie a betegekért és szüleikért.

Bár gyanítom, most nem olyan időket élünk.

Összetartó irigység

- Ezt az országot az irigység tarja össze – mondta a minap egy rádióinterjúban az egykori DJ-ből, lemezlovasból lett tévés sztár, akinek gyerekműsorai milliókat és nem csak gyerekeket ültettek a tévék elé. A kijelentéssel persze lehet és talán kell is vitatkozni, bár, ha az ember végiggondolja saját életét, hogy ki, hogyan, milyen módon és mit irigyelt tőle, vagy éppenséggel ő másoktól, akkor talán a vita már el is dőlt.

A létező szocializmus nyugalmasabb időszakában, a hetvenes, nyolcvanas években egyeseknek már sokkal jobban ment a sora, mint a gyári munkásoknak, szövőnőknek, segédmunkásoknak, pedig ők is tették a dolgukat. Igaz, akkortájt dívott a kijelentés, miszerint aki dolgozik nem ér rá pénzt keresni.

De voltak, akiknek valahogyan ez sikerült, ők aztán építkeztek, autót vettek és cseréltek pár évente, külföldön nyaraltak, sőt még nyugatra is eljutottak. A szomszédok, kevésbé jóindulatú ismerősök meg találgatták, miből telik nekik minderre. Többsége a kíváncsiskodóknak kimondva, kimondatlanul is irigykedve figyelte az újgazdagok életét.

Nem hoznám szóba, ha nem így lenne, de tőlem távol áll az irigység. Tudom mire vagyok képes, meddig juthatok, vagyis inkább már csak juthattam a pályámon, a vagyoni helyzetemmel. Ennyire tellett és kész. Ha kimondva irigylek is valamit, az általában csak szófordulat nálam, valódi irigységet nem takar. Bár éppen a minap köszöntöttem egyik egykori evezős versenyzőmet abból az alkalomból, hogy egy vizes sportágban edzőként egyetlen hétvégén tanítványával két világbajnoki címet is begyűjtött, míg nekem a sok bajnoki cím mellett velük „csak” egy IBV (ha még emlékszik valaki erre a kis világbajnokságra) bronzot és egy világbajnoki ötödik helyet sikerült szereznem. Neki írtam, hogy kicsit irigykedem emiatt. De ez inkább büszkeség volt a részemről, ahogy a szülő örül, ha gyermeke többre viszi, mint ő.

Az irigység a létező szocializmus óta sem változott, csak a nagyságrendek lettek mások. S, ha tetszik, ha nem, talán az irigység jogos is lehet akkor, ha valaki bár tanult, egyetemet, főiskolát végzett, érti a szakmáját, szorgalmas is, mégsem viszi annyira mint azok a szerencselovagok, akik akárcsak egy

személy kegyeltjeként is közpénzből lettek sokszoros milliárdosok, jachton nyaralnak, magánrepülővel, helikopterrel utazgatnak ki tudja milyen fontos útjaikon és asszonyaikat sokmilliós ruhákba bújtatják, hasonlóan drága ékszerekkel cicomázzák fel.

Nem hiszem, hogy az irigység jobban jellemzi a magyarokat, mint bármelyik náció tagjait. Annyit azért változott mifelénk is a világ, hogy mi már tudjuk, hogy újgazdagjainknak mitől, vagy inkább kitől hízik a vagyonuk.

De tudjuk azt is, hogy amikor eljön az idejük, ők sem visznek abból semmit sem magukkal, amit életükben összeharácsoltak.

Amikor már kevés a telefonálás

Egy középkorú, felelős munkát végző ismerősöm hetente több alkalommal is autóba ül, otthon hagyva feleségét, gyermekeit és autózik oda-vissza közel négyszáz kilométert, hogy ellássa a mozgásképtelen és önmagát ellátni már csak alig tudó édesanyját.

Kalapot emelek a férfi előtt, akinek mindez hatalmas fáradtság, költség és önfeláldozás is, hiszen szabadidejét a pihenéstől, a családjával együttléttől veszi el és adja édesanyjának. Sajnálatosan ritka az ilyen áldozatvállalás és nem csak a jóérzés hiányában, hanem mert az élet sokakat még ennél is távolabbra sodor a szülőktől. Mindannyian ismerünk olyan nőt vagy férfit, aki legfeljebb karácsonykor látogatja meg anyját, apját, és akitől olykor csak egy-egy üdvözlőlap, telefonhívás érkezik születésnapra vagy valamilyen ünnepre.

Európa-szerte ma a fiatalok mind gyakrabban csak egy gyereket vállalnak, vagy egyet sem, miközben az öregek egyre tovább élnek, vagyis sokkal több az idős ember, mint volt korábban bármikor is. Nem könnyű gyereket sem nevelni, de legalább ennyit kellene beszélni az öregek iránti

gondoskodásról is.

Sok családban, ahol a gyermek egyke, egyedül élvezi a szülők gondoskodását, szeretetét, hogy aztán idő múltával egyedül rá maradjon az idős anya, apa ellátása is, ami valóban nagy teher. Még akkor is, ha valakinek sok a szabadideje, van autója a közlekedéshez és pénze az ellátáshoz. Régen, amikor több generáció élt együtt egy fedél alatt, könnyebb volt e téren a helyzet, de napjainkban a fiatalabb családok igyekeznek önálló és ha lehet, a szülőktől távoli életet élni. Ez így is van jól, egészen addig, amíg a szülő nem szorul gyermekére, gyermekeire.

A modern technológiai vívmányoknak köszönhetően a kommunikáció messze könnyebb manapság, mint volt akár csak pár évtizede is. Az okostelefonok, az internet, a videóhívások segíthetik az akár mindennapos beszélgetéseket is. Ezek ugyanakkor nem helyettesíthetnek a bevásárlásokat, orvoshoz vitelt, vagy netán rossz esetben a szülő mozgatását, mosdatását. Azokhoz ugyanis a helyszínen kell lenni és kevesen tudnak megfizetni ehhez hivatásos segítőket.

Amikor pár évvel ezelőtt megjelent a rokontartási kötelezettségről szóló jogszabály, sokan értetlenül álltak előtte, hiszen a lakosság jelentős részének még az önfenntartás, a gyermekeik felnevelése is súlyos gondot jelent, hogy is tehetnének bármit is a szülőkért. Nem is ismerek olyan embert, aki, ha segíti szüleit, azt törvényi kötelezettségből tenné, ahogy olyanokat sem, akiket a törvény rá tudott volna kényszeríteni a rokonaikról gondoskodásra.

Az élhető időskor minden tisztességes embert megilletne. Ennek biztosítására az államnak, a társadalomnak, a családoknak fel kellene készülniük és nevelniük rá az utódokat.

Vajon hol járunk e téren?

Fizetünk, mint a köles

Akik a múlt század utolsó évtizedében születettek, vagy voltak gyerekek, nem ismerhették azokat a híreket, amelyek arról tudósítottak, hegy mi fog drágulni januártól. Akkortájt az akkori állampárt központi bizottsága elé tárták az áremelések szükségességét, elemezték azok politikai, társadalmi hatásait, majd a jegyzőkönyvek tanúsága szerint a tagok megértéssel fogadták a tervezetet.

Így aztán minden új év úgy kezdődött, hogy a bérből és fizetésből élők, ahogy persze mások is jószerével mindenért többet fizettek. Rendre szembesülhettek a dolgozók az újabb adók bevezetésével, vagy a már meglévők és a központilag meghatározott árak emelésével. Nem ezek voltak a mindenkori új esztendők leginkább várt eseményei.

Mindennek újra divatja van. Pár napja rendszeresen olvashatjuk, hallhatjuk a tervezett és nyilvánvalóan be is vezetendő adó-, illeték és áremelésekről szóló híreket. Ezekre azért van szükség, mert az unióban az egyik legmagasabb inflációval bíró hazánkban a kormányzat rossz gazdaságpolitikája mellett pazarló pénzpolitikát folytat. Továbbá azért is, mert az ország békepárti egyszemélyi vezetőjének az Európai Unió elleni harcai miatt euró milliárdoktól esünk el, amely pénzszűkébe sodorja az országot. Ilyen helyzetben vagy méregdrága hiteleket vesz fel egy állam, vagy sarcok sorát veti ki a népére. Nálunk mindkét változat működik.

Sokszor olyan érzete lehet a polgárnak, mintha a tehenet úgy akarná megfejni egy hozzá nem értő személy, hogy előtte agyoncsapja. Napjainkban családok tízezrei élnek a szegénység, a nélkülözés határán és igen sokan mélyszegénységben. Tőlük legfeljebb már csak a közüzemi díjakkal és a látványosan dráguló, soha nem látott ármagasságokban kínált élelmiszerekkel lehet még valamennyit elvenni.

Hallgattam a minap az ügyeletes gazdasági miniszterzseni panaszát, rosszul megy a magyar gazdaságnak, mert nem vásárol, nem fogyaszt a nép. Pedig, teszem én hozzá, ha elolvasná a nép a statisztikai jelentéseket, megtudhatná, hogy ő nem is olyan szegény, hiszen a bruttó átlagkereset e cikk írásakor például éppenséggel közel 630 ezer forint volt, de még a nettó átlagkereset is közel járt a 440 ezer forinthoz. Kár, hogy a lakosság nagyjából fele havonta ennél messze kevesebbet visz haza. És ugyebár ott van a már emlegetett fránya infláció is. Bár feledhetnénk!

Rendre összehasonlítják vezetőink az árakat a nyugati árakkal, amelyeket drágábbnak vagy hellyel közzel hasonlónak találnak. Sajnálatos, hogy a

legtöbb összehasonlított országban a bérek a hazai mediánértéknek, a 360 ezer forint körüli összegnek legalább két-háromszorosa, de sokfelé négy-ötszöröse is megvan.

Az ókori görög Hérakleitosz szerint egyetlen ember sem léphet kétszer ugyanabba a folyóba. A mindenkori magyar vezetés erre is képes.

A kémia hamissága

Működik közöttük a kémia – szokás mondani azokra a kapcsolatokra, amelyek jó eséllyel házassággal teljesülnek be. Persze ez a külvilág véleménye, de nagy valószínűséggel a fiatalok is így érzik. Mert, ha megvan a kémia, akkor mi állhat egy ifjú pár boldogulásának útjában?

Nyilvánvalóan sok minden más is, hiszen egy dolog a szerelem egy másik a jó házasság. Az, hogy kinek mitől jó egy házasság nagyon is beállítottság, vagyon, elvárás, vágyak és természetesen igények kérdése. Mert működhet a házasság szemre jól úgy is, ha az egyik fél alárendeli magát a másiknak, de bizonyára nem állok messze az igazságtól, ha azt mondom, hogy aligha lehet valami tökéletes, ami megalkuvásunkon, személyes becsvágyak korlátozásán múlik.

Egy pszichológia szakcikkben olvastam, hogy a legtöbb esetben úgy köti össze egyik ember az életét egy másikéval, hogy mit sem tud annak lelki beállítottságáról. A tanulmányból kiderült, hogy a negatív érzelmi reakciókra való hajlam mértékét jelentő neuroticizmus, az, hogy adott egyénből milyen mértékben vált ki szorongást, fenyegetettséget a környezete, a világ, amelyben él, vagy éppenséggel a körülötte zajló történések, események sora, nagyon is meghatározó a házasság folyamán.

Bizonyára minderről jószerével egyetlen pár sem tud, csak tapasztalják közös életük során az egyik félben meglévő erős negatív előítéletet, azt, hogy szinte mindent pesszimistán lát, akár a semleges eseményeket is és

ezzel fokozza az egyébként kisebb jelentőségű ellentéteket is.

A házasságban az egyik, vagy éppenséggel mindkét fél esetében meglévő neuroticizmustól szenvedők csak az állandó szorongást, feszültséget érzik, azt, hogy férjük, vagy feleségük szánalomra vágyik, fogékony az ellenségességre, ahogy nem ritkán a depresszióra is. Ők azok, akik az átlagosnál érzékenyebbek a stresszre, és még a kis kellemetlenségek is túlságos nagy érzelmi kitörésekhez vezethetnek náluk. És vajon melyik tartós kapcsolat az, amely kibírja, hogy az egyik félnek minden szavára vigyáznia kell, mert aztán vigasztalhat, bocsánatot kérhet, megalázkodhat, csakhogy párját megvigasztalja?

Ha megnézzük a hazai statisztikákat, láthatjuk, hogy nagyon sok házasság végződik válással. 2023-ban például valamivel több mint 50 ezer házasságot kötöttek hazánkban, de egyharmadnyi válás is volt abban az évben.

Nyilván nem lehet minden házasulandót pszichológushoz kényszeríteni, hogy vizsgáltassa meg a személyiségjegyeit és az eredményt tárja vőlegénye, menyasszonya elé, hogy aztán ő annak fényében dönthessen, hozzá megy-e vagy sem, de tény, kevesebb lenne a válás, ha ezt tennék az emberek. Bár azt hiszem a szerelem van annyira vak, hogy töretlenül hisz a másik fél megváltozásában is.

Ez utóbbira nem érdemes nagy téttel fogadni. Szinte biztos a kudarc.

Keserű ébredés

- Ma éjjel sem lett jobb a világ – állapítom meg reggelente, amikor bekapcsolom a telefonomat vagy a számítógépemet, hogy megnézzem, mi minden történt az elmúlt pár órában, amíg én aludtam. Sajnos minden reggel sorjáznak az olyan hírek, hogy éjjel hányan haltak meg balesetben, ki kit ölt meg, miért nem járnak megint itt, vagy ott a vonatok és hogy a forint folyamatos romlása minden kormányzati híresztelés ellenére sem akar megpihenni. Szembesülhetek az oroszok közel három éve zajló ukránok elleni agressziójának újabb mérhetetlen pusztításával, a palesztinok több mint egy évvel ezelőtti eszement, átgondolatlan terrorakciója utáni

végeláthatatlan izraeli megtorlással, a libanoni terrorszervezetek hatalmi harcával, a szíriai eseményekkel és még számtalan más tűzfészek híreivel. Olvashatom, hogy világszerte hihetetlen méreteket ölt a fegyverkezés és a színházi világból tudjuk, ha a színen fegyver van, annak előbb, vagy utóbb el kell sülnie.

Az elmúlt évtizedeim során sok mindent láttam már és ha komolyan átengedném magam hírek olvasását követő hangulatnak, kellene néhány szakember, hogy kirágasson a borús állapotomból. Újságíró vagyok, nem tehetem meg, hogy nem olvasok híreket. Híradókat már sok éve nem nézek, háttérbeszélgetéseket meg végképp nem, nem akarom ugyanis, hogy bárki, bármit is megmagyarázzon nekem, amelyekről éppenséggel egészen mást gondolok. Védenem kell az agyamat, elmém egészségét.

Eszerint cselekszem és azt ajánlom ismerőseimnek is, hogy viselkedjünk úgy, mintha a világ normális lenne. Vagyis teremtsünk nyugalmat magunk körül, a családunkban, ne politizáljunk, vitatkozzunk más nézeteket valló szomszédjainkkal, rokonaikkal, mert mindenkinek lehet véleménye mindenről, de miután meggyőzni senki sem fog hitében másokat, kár ezért bárkivel is összeveszni. Arról nem is beszélve, hogy míg mi, a nép egymással vitatkozunk, a számunkra beláthatatlan magasságban trónoló és sorsunkról, pénzünkről, jogainkról, szabadságunkról döntő hatalmasságokat mindez nem érdekli. Ők csak azt teszik, amitől remélik, hogy még sokáig élősködhetek rajtunk, miközben úgy tesznek és ezt sokan el is hiszik, mintha kormányoznak. Ehhez sok más galádság mellett eszközük a mi megosztásunk. Nem mintha egységről mifelénk bármikor is beszélhetnénk.

S ha valaki mindezt elolvasva azt gondolja, hogy javaslatommal én most le-, vagy rábeszélem őt valamire is, hát téved. Tehetünk mi bármit is, ha vezetőink és kézből etetett kiszolgálóik mást akarnak. Ha már hírfüggők vagyunk, olvassuk el a híreket aztán gyorsan nézzük meg, hogy kell-e új ruha vagy cipő a gyereknek, be tudjuk-e osztani a fizetésünket, nyugdíjunkat a hónap végéig és hogy lesz-e nézhető műsor a tévében. Mert valamit biztosan adnak majd.

Csak ne híreket! Azokról úgysem tudjuk már, hogy igazak-e vagy sem. Ráadásul erősen mérgező hatásúak.

A mérleg igazsága

- Nézd – mutatott fiam a mérlegre – azt írták a csomagolásra, hogy ez 30 deka.

Az eddig nagyon pontosnak tartott digitális mérlegen a környékbeli szupermarketben vásárolt csokoládés, mogyorós édesség trónolt. A kijelzőn viszont csak 28,4 deka súly volt látható. Csomagolással együtt.

Miután eredetileg műszaki embernek készültem, a Vasútgépészeti Technikumban arra tanítottak oktatóim, hogy egy mérés nem mérés, két mérés is csak fél mérés. Meg, hogy mérj többször, mielőtt vágsz, de ez most nem tartozik ide.

Talán rossz a mérleg, vetettem fel, mert hát ki gondolná, hogy iparszerűen csapják be az embereket a boltokban. Ehhez tartva magunkat próbának vetettük alá a modern masinát. Régi mérlegsúlyokat tettünk fel, de mint kiderült, a mérleg nem volt rossz, sem rosszindulatú, egyáltalán nem csalt. A felismerés mellé társult az igazolt bosszúság, hogy a csokival jól átverik a vásárlókat.

Mindez nem egyedi eset. A brutális élelmiszer-infláció miatt a gyártók mindenféle trükköket bevetnek, hogy ne vegyük észre a rendszeres drágításokat. Mondjuk például úgy, hogy a megszokott csomagolású termékeket az említett édességhez hasonlóan csökkentett súllyal árulják (ezt nevezik ma zsugorinflációnak). Vagyis nem csalnak, csak kevesebbet adnak ugyanazért a pénzért – sokszor többért – mint korábban. A lista nagyon hosszú, édességek, tejfölök, túrók, kefirek sajtok, mosogatószerek szerepelnek a kisebb mennyiségű termékek sorában. Aztán itt van például a papír zsebkendő ügye, a százdarabos csomagba már nem ritkán csak kilencven egyre vékonyabb és kisebb, a kézben szinte már a kibontáskor szétfoszló papírlapocska kerül. Megszaporodtak a félkilós csomagolású élelmiszerek helyett a negyven, vagy harmincöt dekásak és általában egyáltalán nem olcsóbb áron. Megfigyelhetjük azt is, ahogy a kenyereink zsugorodnak. A korábbi egy- és kétkilós veknik mára negyven-ötven dekásak, és arany árába kerülnek. (Ahogy egykor mondták: „nem a zsemle kicsi a pofánk nagy”).

Volt egy rendelet, miszerint a boltoknak tájékoztatniuk kell a vásárlókat arról, ha a megszokott portékájuk helyett már csak kevesebb van a csomagolás alatt. Ezek a feliratok bizonyára a vevők kérésére mára nagyjából el is tűntek. A tudatlanság szinte maga a nyugalom, nem igaz?

De legalább vannak akciós termékek. Napi kedvencem az a neten köröző fotó, amelyen egy bolt szalámi vásárlására csábítja a nagyérdeműt. Az időszakos árleszállításra figyelmeztető piros táblán ott áll a lényeg: Árcsökkenés! Alatta pedig az áthúzott 1899, majd az éppen érvényes 1895 forintos ár. Négy forint mínusz!

Kár, hogy négy forintért levegőt sem lehet venni, értéktelensége okán ennyiért ma már lehajolni sem érdemes.

Szószátyárok

Az asszony csak mondta és mondta a magáét. A vendégek közül mind többen álltak fel és mentek át a lakás másik szobájába, ahol idővel már többen lettek, mint a vacsoraasztal körül.

Mindannyian ismerünk olyanokat, akik parttalanul fecsegnek és kényszeresen hallatják a hangjukat akkor is, ha valójában nincs is a témába vágó mondanivalójuk. Előre is bocsánatot kérek, nem én mondom, hanem szakemberek állítják, hogy ez a vízfolyásszerű fecsegés főleg az idősebb nőkre jellemző, míg a férfiaknál ritkábban jelentkezik. Személyes tapasztalatom szerint ez nem egészen igaz, ismerek ifjú és középkorú asszonyt, idősebb férfiakat, akik képtelenek kordában tartani mondanivalójukat.

A szómenés, a kóros bőbeszédűség, vagyis a logorrea azt jelenti, hogy a beszélő nem célirányosan jut el a története elejétől a végéig, hanem rendre újabb szálakat vesz fel, amelyeknél elágazik a története, majd számtalan újabb elágazás következik. Az illető fecsegő száján gyakorlatilag anélkül jönnek ki a szavak, hogy azokat rendszerbe fűzné. (Párom szerint rám is jellemző a sok beszéd, bár némi alku után hajlandó volt a legenyhébb

kategóriába sorolni engem, mondván mindez egykori műsorvezetői múltamra vezethető vissza. Nem vitatkoztam vele…).

De vajon miért az idős nők sajátossága leginkább mindez? Mint azt egy pszichológus előadásából tudom, a nők, ha valami bántja, foglalkoztatja őket, szívesen beszélik meg azt barátnőikkel, vagy a szomszédasszonnyal. Egy férfi viszont, ha keserűsége adódik, azt inkább önmagában emészti meg. Ilyenkor párja gyakran feltételezi, hogy embere megsértődött és ezért nem beszél vele. Ekkortájt békén kell hagyni a férfiembert, hadd dolgozza fel mindazt, ami bántja. A szakember szerint a nők akkor hallgatnak, ha megsértődtek, bár a felgyülemlett sértettség a végén úgyis ráömlik majd a férfira.

A bőbeszédűségnek fokozatai is vannak. Az elsőben a beszélő bővebb lére eresztve, de a lényeget elmondva adja elő a történetét. Ő a jó mesélő. A második lépcsője e jelenségnek, amikor a beszélő úgy mondja el mondandóját, hogyha közbeszólnak hajlandó elhallgatni, de szívesen vissza is veszi a szót és folytatja a történetét. Újabb fokozata a logorreának, amikor a közbeszólásnál erősebb inger kell ahhoz, hogy az illető leálljon. Mondjuk egy összetörő tányér okozta riadalom. És van, amikor a beszélőt már jószerével semmi sem állítja le, még az sem, ha valaki párhuzamosan elkezdi mondani a maga mondandóját. Ilyenkor az illető túlbeszéli az új megszólalót.

Az emberek inkább elkerülik a kórós beszélőket, mintsem szóljanak nekik, hogy hallgassanak már el egy keveset, mert ez így kibírhatatlan. Lehet, hogy úgy vagyunk ezzel is, mint mindennel, ami napjainkat jellemzi.

Beletörődünk vagy menekülünk.

Egy büszke polgár

Lehet, sokan most azt hiszik, hogy gúnyolódom, esetleg komolytalan vagyok, pedig nem. Én valóban büszke vagyok hazámra azért, hogy senkit sem hagy cserben. Már persze, ha az illető külföldi, vagy barátja a kormányzó hatalomnak.

Örömmel figyelem, hogy hány rászoruló országnak, még inkább azok vezetésének adott Magyarország a közelmúltban euró vagy dollár százmilliókat. Jól teszi, hogy ezt teszi, hiszen Csád, a közép-afrikai meglehetősen zűrös belpolitikai helyzetű országnak kell a magyar segítség. Kapott is tőlünk 200 millió eurót és egyes állítások szerint száz, más források szerint 200 magyar katonát is. Igazán szép. Ahogy az a közeli Kongói Demokratikus Köztársasággal kötött stratégiai szerződés is, amely magyar irányítás mellett a Zambiába vezető út megépítésére szól és biztosan nem marad majd tőlünk kapott dollármilliók nélkül sem. A magyar állampolgároknak sem lehet mindegy, hogy nyaranta, ha már megunták a horvát tengerpartot, min száguldhatnak majd egyik országból a másikba.

Aztán vélhetően igen jó helyre került a Maldív Köztársaságnak adott 50 millió, a Bosznia-hercegovinai Szerb Köztársaságnak adományozott 126 millió euró, az Észak-macedoniai Köztársaságnak nyújtott 500 millió eurós hitelünk, amelyet nyilván visszafizetnek majd. Vagy nem. Az viszont biztos, hogy mi, ön, meg én mindenképpen fizetni fogunk ezért is. De bizonyára ez így helyes.

S hogy szavamat ne felejtsem, ahogy a további szép segítő pénzkihelyezéseket sem, meg kell említenem még az azeri befektetési alapba berakott 150 millió és a hasonló türk szervezetbe beinvesztált 100 millió dollárt. Mert én is vallom, adjon, aki megteheti. És akkor még nem is beszéltem azokról a humanitárius segítségekről, amelyek során dollár tíz- és százezreket, estenként még egy nullával többet is adott jótékony államunk a világ több, köztük néhány igen távoli országának templomfelújításra, iskolák rendbehozatalára és még sok, alig-alig hozzáférhető információjú jótékonykodásra. Rendjén is van ez így, mármint, hogy nem kell mindennel dicsekedni, hiszen az önzetlen segítség nem vár elismerést.

Bizonyára megérti mindezt az a környékem béli alig százezer forint nyugdíjából éhező, fázó Marika néni is, akinek rettenetesen fáj, hogy hiába kuporgat, arra már nem futja, hogy az unokáinak édességet vegyen, ha esetleg meglátogatják, meg tudja kínálni őket. És a nyolcvan közelében járó Zoli bácsi is, aki fájós lábain nap mint nap elindul pár forintért ezt meg azt megjavítani, hogy kiegészítse Marika néniével vetekedő nagyságú nyugellátását. De hát tudjuk, mindenkinek nem lehet a kedvére tenni.

Öröm persze, hogy ily sokakat segít hazánk és bizonyára kiváló út vezet majd Kongóból Zambiába is, kár, hogy nekünk egyelőre a lyuk hátán lyuk

utak és elemeire széteső vasút jut.

De ugye azért joggal lehetek büszke jótékony hazánkra?

Az ötvenedik

Ha ön autós és ennek ellenére szinte sohasem emlegeti elmarasztalólag valakinek is az anyai ági felmenőjét, de a napokban az első januári tankolásnál mégis egyesek valahová küldése tolult a szájára, nagyon megértem. Az üzemanyagárak drágulása kiborító.

A KSH legfrissebb adatai szerint a hazai benzin- és gázolajárak decemberben is kedvezően alakultak a szomszédos országok átlagáraihoz viszonyítva. Most udvarias és visszafogott ember lévén nem írom le, amit gondolok, de ön úgyis ért engem.

A hivatalos kormányzati kommunikáció szerint Ausztriában, Horvátországban, Szerbiában és Szlovákiában is magasabb volt a benzin átlagára, mint Magyarországon. Vagyis a magyar üzemanyagár igenis versenyképes a környékbeli országokéval szemben. Nem én mondom, hanem az illetékes minisztériumi közlemény. E jeles intézmény vezetője elfeledkezik arról, hogy ne a saját fizetését, vagy túlfizetett vezető munkatársainak bérezését nézze, hanem a magyar mediánbért, vagyis azt, amely éppen a legkevesebbet és legtöbbet keresők között félúton van. Meg fog lepődni ez az ember, ha esetleg nem tudná, hogy azon a béren messze nem versenyképes egyetlen ár sem. Különösen úgy, hogy az áfával is terhelt jövedékiadó-emelés további százalékokkal drágítja az amúgy is gusztustalanul magas üzemanyagárat.

A versenyképesség értelmezéséhez tegyük hozzá annak a minap megjelent statisztikai felmérésnek az adatát is, miszerint minden ötvenedik magyar keres legalább annyit, mint az európai uniós átlagbér. Az Európai Unióban az átlagos éves fizetés nettó 23 ezer euró, mintegy 9,5 millió forint, ez havonta kis híján nyolcszázezer forintos bérezést jelent. Ha önnek van ennyi, akkor vélhetően egyike annak az egymillióból mindössze húszezer hazai munkavállalónak, akinek a munkajövedelme eléri az uniós átlagot.

Mindez azt jelenti, hogy az éppen soros gazdasági csoda előtt álló

hazánkban csak a keresők két százaléka mondhatja el magáról, hogy legalább olyan jól keres, mint Franciaországban vagy Németországban egy mediánjövedelemmel rendelkező munkavállaló. De azért egy kicsit büszkék is lehetünk, ha még futja erőnkből a sűrű szitkozódásaink közepette, mert velünk ellentétben Romániában és Szlovákiában csak egyszázaléknyian keresnek az uniós átlag felett.

Az üzemanyag drágasága mellett már szinte szót sem érdemel az állítólag csak alig ötszázalékos élelmiszer áremelkedés. Nyilván odafenn a nagy kormányzati magasságokban ez minimális drágulásnak számít, idelent azért ez nagyon is más.

Szívesen emlékezem a nagy népokító szlogenekre, mint például, hogy Magyarország előre megy, nem hátra, mert ezt mi bizonyára valamennyien érezzük. Meg kedvelem a külföldieknek szánt csalogatót is, ami így szólt: „Tapasztald meg Magyarországot”.

Mit mondjak, nap mint nap ezt tesszük.

Pofonok urai

Pénz számolva, asszony verve jó! Asszonyt verni: ördögöt nevelni. Ugye milyen jópofa magyar mondások ezek?

Maradjunk annyiban, hogy ezeket hangoztatni, eszerint cselekedni igencsak nem helyénvaló. Különösen annak fényében nem, hogy az EU tagországaiban a családon belüli erőszakkal kapcsolatos minap megjelent felmérésből kiderül, hogy a magyaros virtus igen komoly erőszakot is takar. Olyannyira, hogy az unió egészében hazánk férfijai a lakáson belüli nőverések, szóbeli, vagy tettleges bántalmazások vezető erői lettek. Furcsa dicsőség.

Az elmúlt tizenkét év során a duplájánál is többre emelkedett a párkapcsolati erőszakot elszenvedő nők száma Magyarországon. Az adatok szerint már minden második nőnek át kell ezt élnie otthon, ráadásul sokuknak rendszeresen. És ha tetszik, ha nem, egy ország társadalmában a

macsóság gondolatának, elfogadottságának hangoztatása, a politikusi példamutatás a közéletben, a nők háttérbe szorítása, lenézése, a vezetői feladatokra való alkalmatlanságuk hamis hangoztatása, a hátuk mögötti férfias összekacsintások mind ezt erősítik. Az ezirányú nevelés hiányossága is vezetett oda, hogy hazánk lett az unió egyik leginkább férfiközpontú társadalma. Mert – gondolhatja a pofonok ura –, ha az asszonynak a miheztartáshoz az kell, hát leeshet néhány tasli, jöhet a kemény hangú dorgálás.

Átlagosan az EU-tagországokban megkérdezett nők 31,8 százaléka szenvedett már el párkapcsolati erőszakot, sokuk ráadásul ismétlődő bántalmazásról számolt be a kérdezőknek. Ez derül ki az Eurostat, és másik két uniós szervezet 2020-tól négy éven végzett kutatásának nemrégiben közzétett eredményeiből. Ahogy az is, hogy a magyar nők otthonukban kétszer nagyobb veszélyben vannak, mint házon kívül. De hiába emelkedik a családon belül elkövetett bűncselekmények száma, mind kevesebb ügy jut el vádemelésig, ezért az áldozatok közül egyre kevesebben kérnek segítséget a hatóságoktól.

A felmérés szerint nálunk az élete során lelki, fizikai erőszakot vagy fenyegetést, szexuális erőszakot átélő nők aránya 54,6, Finnországban 52,6, míg Romániában 48,9 százalék volt. Ez az adat a lista vége fele a portugáloknál 22,5, a bolgároknál 20,5, míg a lengyeleknél csak 19,6 százalék volt.

A nők elleni és a családon belüli erőszak megelőzéséről és felszámolásáról 2011 májusában született meg az Európa Tanács szerződése Isztambuli egyezmény néven. Ennek célja az erőszak megelőzése, az áldozatok védelme és az elkövetők büntetlenségi gyakorlatának megszüntetése. Eddig az Európai Unió mellett már 46 ország írta alá a szerződést. A magyar parlament 2020 májusában elutasította az egyezmény jóváhagyását. A lesújtó eredmény ennek is köszönhető.

A 21. századi Magyarország hivatalos embereszménye az erős és sérthetetlen férfi. Nem csoda, ha otthon el-elcsattan néhány pofon.

Harminccal alatta

Vagyok már annyira rutinos, hogy egyik fülemen bemenjen, a másikon meg kijöjjön az éppen soros gazdasági csodát emlegető politikus újabb blöffje, amellyel azt próbálja elhitetni a hallgatóságával, hogy a következő évünk jobb lesz, mint az előző volt. És azt, hogy már csak ennyit vagy annyit kell kibírnunk és utolérjük életszínvonalban az amúgy rettenetesen hanyatló nyugatot. Látom rajtuk, hogy tudják, ez az ő életükben és különösen az irányításukkal biztosan nem fog bekövetkezni.

Megadatott számomra, hogy sok évtizedre visszamenően emlékezzem a három, majd ötéves tervekre, az egykori új gazdasági mechanizmus csodavárására és társaira, amelyekről mindig azt hallhattuk, hogy ez az igazi megoldás. Aztán persze egyik sem jött be. Ahogy nem jött be az unortodox pénzpolitika sem, látjuk mi lett nyomában a forintunkkal, hogyan olvadt el, mint a hó a pénzünk, ha esetleg volt megtakarításunk. És nem jöttek be az ugyancsak nem szokványos gazdaságélénkítő csomagok sem. Vélhetően nem kellett volna a képzelt magyar érdekekre hivatkozva mindig mást csinálni, mint teszik azt a gazdagabb országokban. Talán csak követni kellett volna őket. Ahogy manapság szokás bizonyos területeken, át kellett volna venni a széles körű tapasztalatokon alapuló és főleg már bevált jógyakorlatokat.

A napokban jelent meg az a lista, amely az anyagi jólét szempontjából 36 európai országot rangsorol. Uniós és unión kívüli nemzeteket is bevontak az összehasonlításba. Aki egy kicsit is ismeri az európai gazdasági erőviszonyokat, olvas híreket, aligha téved majd nagyot a rangsorba állításnál. Például nem nehéz kitalálni az elsőket e téren. A listát Luxemburg vezeti Norvégia és Izland előtt. És igen, ön jól tippelt, valószínűleg jobban, mint legutóbb a lottón, az uniós országok között a rangsort a harmincadik és harmincegyedik helyen szerénykedő hazánk, valamint Bulgária zárja. Mögöttünk csak unión kívüli államok vannak, közülük is csak öt. A lista azt mutatja, hogy az uniós átlaghoz (100) képest egy országban hány százalékos az életszínvonal.

Az átlagot, a 100 százalékot Ciprus és Olaszország tudja teljesíteni. A listavezetőnél 136, az utolsó Albániában 41 százalékos az életszínvonal.

Nálunk, ahogy a velünk holtversenyben lévő Bulgáriában is mindössze 70 százalékos, vagyis 30 százalékkal vagyunk az uniós átlag alatt. És ezen a sok ígérgetés, a halandzsa, makró és mikrószámokat, GDP-t, meg mindenféle gazdasági kifejezéseket felvonultató mellébeszélések sem módosítanak. A lényeg, hogy mesze rosszabbul élünk, mint élhetnénk.

Tudom, mindenkinek megvan ehhez a maga bűnbakja, hát szidja őt a sikertelenség miatt. Jobb persze nem lesz tőle az életszínvonalunk.

Ahogy az árak sem kisebbek.

Szerencsefaktor

- Szerencse – vágtam rá szinte gondolkodás nélkül a fiatal középiskolás srác kérdésére.

Közel másfél évtizede, hogy egy kisváros gimnáziumába hívtak, mint televíziós főszerkesztőt, hogy beszélgessek a téma iránt érdeklődő fiatalokkal az újságírásról. Ekkor hangzott el a kérdés: mi kell ahhoz, hogy valaki újságíró legyen?

Ma sem gondolom másként, hiszen, ha valaki valamit elérni akar és ahhoz éppen jókor legyen jó helyen, bizony nagy adag szerencse kell. A szerencsefaktor nagyon is meghatározó az életünkben. Mert hiába a felkészültség, az évtizedekig tartó tanulás, ha a szerencse éppen szabadnapos. Ha a céljait megvalósítani akaró ember nem tűnik fel valakinek, nem kell éppen egy olyan nő vagy férfi egy céghez, újság, tévé szerkesztőségébe, mint a munkára áhítozó, vagy ő nem talál rá a lehetőségre, akkor csak a megalkuvás, kínlódás és a fogyó remény marad.

Visszatérve ifjú hallgatóságomhoz, nemigen értették miért nem a lényeglátást, íráskészséget, a jó kommunikálás képességét jelöltem meg legkelendőbb feltételként az újságírói léthez. Amikor pedig rákérdeztek, hogy szerintem milyenek az arányok, nemigen hitték el az állításomat, amit persze lehet vitatni is, hogy tíz százalék tehetség, rátermettség és kilencven százaléknyi szerencse kell a pályára kerüléshez, még inkább a sikeres

pályafutáshoz.

Olvastam egy könyvet, amely a végsőkig megalázott, majd brutálisan meggyilkolt költőóriás, Radnóti Miklós halálának körülményeit igyekezett feltárni. Ennek egy részlete a német SS és a munkaszolgálatosok magyar őreinek – legtöbbször kínzóinak – valamint a sok ezer fogolynak a munkatáborból való áttelepítését írja le.

A szovjetek előretörése miatt két több ezer fős csoportot evakuáltak Borból. A foglyok mindent elkövetettek, hogy az elsőbe kerülve hamarabb érjenek haza. Nagy részük útközben éhen halt, mások végsőkig legyengültek és őket ezért, vagy gyűlöletből, szórakozásként agyonlőtték az őreik. A másik csoport elkeseredett emberei azt hitték, hogy ott helyben kivégzik őket és sohasem láthatják meg szeretteiket. De egy partizántámadás során valamennyiüket kiszabadították és többségük élve haza is jutott.

A háborús embertelenség közepette a szerencse szerepe sokszorosan döntő, de ahhoz is mázli kell, hogy valaki nagyobb összeget nyerjen egy sorsjegyen, vagy jól válasszon párt magának, akivel együtt le tudják élni az életüket. Ahogy ahhoz is, hogy útközben egy durrdefektnél éppen ne jöjjön szembe egy másik autó, vagy ne legyen mély az árok, ahova bezuhanhat az irányíthatatlanná vált kocsi a tehetetlenségükben áldozattá váló utasaival.

Szerencsére leginkább ahhoz van szükségünk, hogy komolyabb testi és lelki sérülések nélkül egyáltalán végig tudjunk szlalomozni az életnek nevezett akadálypályán. És ha ez sikerül, elmondhatjuk: igazán szerencsések vagyunk.

Minden pénzt megér

Nemrégiben arról szóltam egyik írásomban, hogy büszke vagyok hazámra, mert senkit sem hagy segítség nélkül az úton. Maximum saját polgárait. De bőkezűen bánik a rászoruló afrikai, ázsiai, balkáni, azeri, türk meg még más távoli barátokkal. Nekik ugyanis számolatlanul adja az euró- és dollármillió(in)kat.

Nehogy már azt higgyük, hogy csak a magyar néplélektől minden tekintetben messze lévőket segíti ilyen nagylelkűen kormányunk, hiszen ott vannak a külhoni labdarúgócsapatok is, amelyek bizonyára ugyanannyira rászolgálnak hazánk segítségére, mint a fenti országok, vagy befektetési alapok. Kíváncsiságomban utánanéztem, mire és merre folyik el a lakosság többségének igen szűkös jövedelméből mindenféle adók formájában visszatermelt forintok garmadája.

Gondolom, ahogy családom tagjainak döntő többségét, úgy olvasóim jelentős részét is hidegen hagyja a labdarúgás, bár egykor még Magyarországot sokan a tízmillió fociszakértő hazájának tartották. Hajdan a munkahelyeken sok dolgozó munkakedve attól függött, hogy a hétvégén nyert-e a kedvenc csapata és a hétfői munkanap első egy-két órája is azzal telt, hogy a dolgozók megvitatták a hétvégi sport (értsd: foci) eredményeket. Úgy is nézett ki a gazdaság.

Sokaknak ma is fontos a szurkolás, bár a többség már mindezt otthoni kényelmében a tévé előtt teszi. Csodálja a külföldi világsztárokat, akiktől nem is sajnálja a kimondani is nehéz összegű jövedelmüket. Nem így a hazai, igen drágán összevásárolt, sok millióval fizetett, sokadosztályú „sztárok” bérezését. Arról is érdemes szólni, hogy mennyire csípi a nem focikedvelők szemét az emlékezetes produkcióra csak igen ritkán képes hazai csapatok zsíros állami finanszírozása.

Talán ezért is fordul a hatalom a határon túli együttesek felé és ad nekik az idehaza valószínűleg felesleges magyar adóforintokból, hogy ne csak itthon, de odakint is virágozzák minden focipálya. Nyolc éve volt már egy húszmilliárdos támogatás, majd – egy tényfeltáró újságcikk szerint – 2021-től kilenc határainkon túli labdarúgó akadémia kapott 11,1 milliárdot. Vagy többet. Ki tudja, mert az adományozó eléggé titkolja bőkezűségét.

Persze azért a hazai klubokat sem kell sajnálni, mert például 2023-ban majdnem 56 milliárd forintból gazdálkodhattak a magyar élvonalat alkotó labdarúgócsapatok. Az állam, vagyis ön meg én, gavallérosan támogattuk a klubokat.

Ha mindebből nem derült volna ki, nagyon kedvelem a focit. Azt is, amit egykor a barátaimmal szabadidőnkben – fizetve pályáért, felszerelésért – műveltünk és azt is, amelyet busásan megfizetett profik adnak elő. De míg az egyikben a meccs után jót röhögtünk a falábúakon és ügyetlen önmagunkon, addig a másikban meccsnézés közben már fájóan cseng-bong

fejünkben az elherdált milliárdok tömege.

A szép asszony tőkéje

Egyéni szerencsére életem során nagyon sok szép nő vett körül. Így volt ez a feleségemmel, majd élettársammal, szerelmemmel, de így volt a több mint félezer evezős tanítványommal is, akik zöme valóban szép lány volt és akikből szemrevaló nő lett. Nyilvánvaló, hogy mindig is vonzott a női szépség.

Egy szociológussal beszélgettek a minap a műsorvezetők a szépség és a család kapcsolatáról az egyik rádiós műsorban. Kérdezhetnénk, hogy hogyan határozhatja meg a szépség egy család életét, de kiderült, nagyon is. Ha például egy családban van egy olyan elragadó kislány, akit szülei szépségversenyekre is alkalmasnak tartanak és mindent e célnak rendelnek alá, máris megérthetjük, hogy milyen sokféle bajt, keserűséget, kiadást, vagy éppenséggel örömöt képes a szépség okozni.

A rádióbeszélgetésnek az a kínai tanulmány volt a témája, amelyben a kutatók a feleség, az anya szépségének a családra hatását vizsgálták. De vajon hogyan határozható meg mi is a szépség, hiszen az koronként, kultúrákként nagyon is változó. Számomra például az a szép, ami (aki) nekem tetszik. S miután ez meglehetősen egyéni ízlés kérdése, egyáltalán nem könnyű mérni a nagyságát.

Arra most ne térjünk ki, hogy a tudósok hogyan kutatták, vizsgálták a szép nő, a szép feleség és a család viszonyát, de az kiderült az eredményekből – és most természetesen általánosságokról beszélünk, nem egy adott családról – hogy ha a feleség szép, az javítja az ő háztartáson belüli helyzetét, növeli erejét, tárgyalási pozícióját. A munkaerőpiacon ugyanez még nagyobb meghatározó erővel bír, bár ma már egy dolgozó kiválasztásánál a lehetséges diszkriminációs botrányok árnyékában ez nem

lehet hivatalos szempont. De létezik.

Ha már azt említettem, hogy egy nő rangját növeli a szépség, akkor érdemes ezt kézzel foghatóvá is tenni. Ahogy a munkaerőpiacon a szépség tőke, úgy lett mára már a háztartáson beül is az. Mint a kutatás eredményéből kiderült, a szép feleségnek a külleméből előnye származik azzal, hogy kevesebb házmunkát kell végeznie, mint egy, a megítélések szerint kevésbé szép feleségnek, és a kínai kutatás azt is kimutatta, hogy kevesebbet fog szülni. A szülés ugyanis megviselheti, ronthatja a teste szépségét, ezzel csökkentheti a házasságon belüli tőkéjét. Így aztán többnyire kevesebb gyerekük lesz a szépnek tartott nőknek.

A férji büszkeség abban is megmutatkozik, hogy szép felesége ruhavásárlásaitól kevésbé sajnálja a pénzt, örömmel viszi társaságba és így tovább. Vagyis a férj munkaerőpiaci, társaságbeli státuszát, tőkéjét is növeli a bájos asszonya.

Biztos, hogy mindez nem igaz mindenkire, de tény, hogy vannak összefüggések. Ennek ellenére óva intem minden férfitársamat attól, hogy csak szépség alapján nősüljön.

Tapasztalatból mondom: megvan annak is az ára.

Agytornászok

Az embernek mindig adódik valamilyen gyengesége. Én például mostanában rászoktam az interneten megjelenő kvízekre. Bizonyára ön is találkozott már ilyenekkel, feltesznek nyolc-tíz kérdést és néhány lehetséges választ is adnak hozzá. Párom viccelődött is velem miatta, de aztán ő is rákapott.

Jó ám ez agytornának is, bár meglehetősen feszültté teheti a játékost a beharangozó, miszerint a feltett kérdéseket csak az emberek egy része képes tökéletesen megválaszolni. De talán a leglehangolóbb, ha azzal a kérdéssel vesznek rá a játékra, hogy vajon okosabb vagyok-e, mint mondjuk egy

hatodikos. Ezek a kérdések olykor igen fogasak, könnyű hibázni és elgondolkodni azon, vajon miféle tudományokkal tömik manapság gyermekeink, unokáink fejét.

Az internet sajátossága, hogy ha valamire rákap az ember, valamilyen terméket keres, attól kezdve jó ideig ilyen témák, ilyen jellegű reklámok terhelik a figyelmét. Jó is van ebben, hiszen nekem így naponta egy csomó kvízjáték jelenik meg a mobilom böngészőjében. A reklámok már jobban zavarnak, mert a legtöbb esetben egy egyszeri érdeklődés után napokig kapom a termékajánlatokat. Miként ön is.

Ahogy idősödik az ember és netán már nincs is rendszeres napi elfoglaltsága, úgy szokik rá valamilyen pótcselekvésre. Mostanában ugyan kormányunk gondoskodik arról, hogy ne unatkozzon, aki nyugállományba kerül, dolgozzon helyette, már persze ha valamennyire is fenn akarja tartani korábbi életszínvonalát, mert azt a legtöbben a nyugdíjukból és az évenkénti nyugdíjemelésükből aligha tehetik meg és akkor a kóros pénzromlásról még nem is szóltam. Aki pedig nem akar, vagy nem tud már tovább dolgozni, tévézhet, olvashat vagy előveheti a jó öreg keresztrejtvényeket. A kvízek kitöltése is ilyen, talán csak a modernebb eszközök, az okostelefon és az internet miatt különb elfoglaltság.

Kedvenceim közé tartoznak a KRESZ kérdések is, amelyek olykor jól átverik a megfejtőt, mert bár vezethet valaki akár évtizedek óta baleset és komolyabb incidensek nélkül, kiderül, hogy talán mégsem oly biztos a szabályokban, mint ahogy gondolta. Persze van, amikor helyes a válasz, mégis hibásnak jelöli azt a netes felület. Amikor pedig utánaolvas, kiderül, neki volt igaza. Vagyis még egy feladvány sem lehet tökéletes.

Az idei magyar és matematika központi középiskolai felvételi vizsga alkalmával több olyan kérdést kaptak a hatodikosok, amelyekről minden szintű iskoláim és huszonkét évnyi tanulás után sem hallottam. Gondolom nem vagyok ezzel egyedül. Dicséret illeti azokat a gyerekeket, akik meg tudták válaszolni az igen szigorú és komoly ismereteket igénylő vizsgakérdéseket.

Korosztályom tagjai mellett szól a megszerzett rutin és a felhalmozott tudás, amit életünk során összeszedtünk. Bár ezek ellenére sem biztos, hogy mindig okosabbak vagyunk, mint egy hatodikos.

Kék öltöny, barna övvel

- Azért legközelebb ügyelj arra, hogy a világos kék öltönyödhöz ne vegyél fel barna övet – figyelmeztetett jóindulatúan az egyik ismerősöm. S bár igaza volt, nem esett jól a tudat, hogy az engem nézők oly mélységig figyelik kinézetemet, hogy még a zakó alól kivillanó öv színét is szóvá teszik.

Kezdő televíziós koromban a rendszerváltásnak nevezett esemény idején egy kisváros televíziójában vezettem a választási műsort. Nem nagyon izgultam az élő adások előtt, de azért, hogy minden rendben menjen, volt bennem némi feszültség. Ráfoghatom e miatti figyelmetlenségemre, de tény, nem foglalkoztam azzal, hogy az öltönyömhöz illő színű övet vigyek magammal a stúdióba, hiszen az úgysem látszik. Tévedtem.

Attól kezdve kínosan ügyeltem rá, hogy visszafogottan öltözködjem és a megfelelő színű ruhadarabokkal, kiegészítőkkel, mint például az öv, nyakkendő vagy a kivillanó zokni, nehogy elvonjam nézőim figyelmét mindarról, ami fontos. Tudtam, hogyne tudtam volna, hogyha valami nem klappol a képernyőn megjelenőn, arra figyel a tévénéző, az zavarja, vagy mulattatja és ilyenkor aligha mondhat okosakat az ember.

A minap olvastam egy szavazásról, annak végeredményéről, amelyet egy sokak által látogatott hírportál indított a tavalyi év legjobban öltözött közszereplőiről. Szavazhattak az olvasók a 2024-ben feltűnt politikusokra, az öltözetüket legbátrabban összeállítókra, influenszerekre, orvosokra, tudósokra, vagy éppenséggel a leglazábban öltözködőkre. Az eredményekkel közel sem értettem egyet, de végül is ez csak egy jópofa játék volt a zűrzavaros világunkban, amivel néhány pillanatra könnyebbé vált elviselni a bennünket körülvevő, zaklató, befolyásoló kuszaságot.

Évezredekig nem volt kérdés a divat, az, hogy ki mit hordjon, mi áll jól neki, vagy éppen mi teszi a látványát előnytelenné. A ruházkodás stílusa csak nagyon lassan változott. Nyilván igen jelentő eltérés volt a nagyurak,

dúsgazdagok és a nép egyszerű gyermekeinek viselete között, de az egyes társadalmi osztályok tagjai nagyjából egyformán öltözködtek. A divat a 20. században, annak is a második felében vált témává, üzletté, amibe erősen közrejátszott a modern anyagok megjelenése, a tömegtermelés, a nagy darabszámban, gyárakban készült ruhaneműk megfizethetősége. És közrejátszik napjainkban az üzleti érdekek diktálta fast fashion, vagyis a gyors divat, ami sugallja, sokaknál kikényszeríti, hogy akár havonta vegyenek új ruhadarabokat maguknak. Elnézve a pillanatnyi celebeket, a tévé- és filmsztárokat, megjelenésükre valamit is adó politikusokat, közszereplőket, nyugodtan kijelenthetem, ma már bárki bármit felvehet.

Manapság már alig zavarna bárkit is, ha műsorvezetőként a világoskék öltönyömhöz sárga zoknit, barna cipőt vennék, zöld övvel. Vagy gyárilag divatosra tépett, koptatott farmeremhez egy rikítóan színes izompólót.

Betegség sem akadály

Egykor, midőn az emberre rátört a krónikus munkaundor, vagy túl sokat zaklatta őt a főnöke, hogy ne késsen, dolgozzon már keményebben, netán a sógornak kellett segítenie a házépítésnél, elsétált a körzeti orvoshoz, a bejárat előtt felöltötte fájdalomtól szenvedő arcát, beült a többi beteg, vagy szimuláns közé, hogy a sokat látott doktor együttérzően kiírja pár nap táppénzre. Nem volt ez általános, de nem is volt ritka.

Aztán nagyot változott a világ, a régi beidegződések hamar elsorvadtak és a már többnyire magánkézben lévő vállalkozásokban nemigen nézték jó szemmel a tulajdonosok a lógósokat. De megváltozott a háziorvosok hozzáállása is a képzelt, vagy színlelt betegekhez, már nem volt olyan könnyű betegállományba kerülni. Akik pedig sokat hiányoztak a munkahelyükről, meglehetősen hamar kipenderültek onnan. Mind gyakoribbá vált, hogy az állását féltő valódi beteg is egészségesnek, munkaképesnek vallotta magát.

Napjainkban Magyarországon influenzajellegű vírus betegíti meg

tömegesen az embereket. Amikor e sorokat írom, egy hét alatt majd’ 70 ezren fordultak kórjukkal orvoshoz. És ha közülük sok beteg nem is kéri betegállományba helyezését, nyilván szép számmal maradnak otthon is. Az uniós országok mellett az üzleti és tőkepiaci eseményekre koncentráló Bloomberg Norvégiát, Svájcot, Izlandot is vizsgáló felméréséből kiderül, hogy Norvégiában a munkahelyi hiányzások száma a legmagasabb. Az adatokból megtudhatjuk azt is, hogy mi, magyarok, a huszonöt vizsgált ország polgárai között a második legegészségesebbek vagyunk. Vagy nem. Mindenesetre betegszabadságra nemigen megyünk.

Azt, hogy a norvégok szívesen maradnak otthon egy kis köhécselés miatt is, nagyban elősegíti, hogy az állam nagyvonalúsága miatt arrafelé a munkavállalók egy évig a teljes fizetésüket kapják. Amiatt pedig, hogy Európa-szerte romlik helyzet és mind többen maradnak otthon, ha valamiféle bajukat érzik, a szakemberek a stresszt, az öregedő munkavállalókat, a mentális egészség iránti nagyobb tudatosságot és a Covid-járvány utóhatásait is okolják. Az OECD átlaghoz, az évente 14 nap táppénzhez viszonyítva, a norvég munkavállalók a leginkább ágynak dőlők, ők ugyanis 27,5 nap betegszabadságot vesznek ki egy év alatt, míg a legkevesebbet, mindössze csak 1,4 napot a görögök. És lássunk csodát, az egészséges – vagy munkájukat féltő? – görögök után mi vagyunk a leginkább szorgalmasak, mert a második legkevesebb, mindössze évenkénti 6,3 táppénzes nappal állunk a lista utolsó előtti helyén.

A helyezés minősítése nézőpont kérdése. Ha cégünk van, munkáltatók vagyunk, akkor nagyon is jó, de ha a megélhetésünket féltve, egészségünket sutba vágva betegen is dolgozunk, akkor bizony mindez nagyon sajnálatos.

Leszakadók

Több mint négy végigdolgozott évtized után sokan gondolnak arra, hogy talán ideje nyugdíjba vonulniuk. Van, amikor a cég is segít ebben, időben jelzik a vezetők, hogy hadd jöjjenek a fiatalabbak, máskor meg a munkavállalónak lesz elege a stresszből, macerákból, növekvő elvárásokból.

Aki visszavonulni készül általában elképzeli magának a majdani nyugdíjas létét. Vannak, akik tervezik, hogy a nyugdíj mellett is visszajárnak majd dolgozni a cégükhöz, vagy éppen valahol másutt vállalnak feladatot, másoknak meg úgy kell a további rendszeres munka, mint púp a hátuk közepére. Aztán persze az élet felülír sok mindent. A dolgozni vágyóra sokszor már nem tartanak igényt, aki meg csak nyugalmat akar, nem tud megélni a nyugdíjából.

Különösen annak ismeretében jelenthetjük ki ez utóbbit, hogy a nyugdíjszakértők szerint is erősen romlik a nyugdíjasok helyzete Magyarországon. Egyre több a viszonylagosan, vagy ténylegesen is szegény idős ember. Egy közelmúltban megjelent szakértői vélemény szerint hazánk kormánya a GDP arányában bántóan keveset költ a nyugdíjakra. Az EU-átlag közel 13 százalék, mifelénk meg jelenleg alig 7,5 százalék. De nem csak az uniós átlagtól vagyunk oly messze, mint volt egykor Makó vitéz Jeruzsálemtől, az OECD-országok között is a legalacsonyabbak közé tartoznak a hazai időskori ellátások.

Mindennek következménye, hogy minden harmadik magyar nyugdíjast a szegénység, minden hatodikat a mélyszegénység réme fenyegeti. És akkor még arról nem is szóltunk, hogy a kormány által inflációkövetőként emlegetett évenkénti nyugdíjemelés igen távol van az idősek által vásárolt élelmiszerek, gyógyszerek, szolgáltatások árainak inflációjától. Növeli a nyugdíjasok széles körének leszakadását, elszegényedését az is, hogy a régebben nyugállományba kerültek messze rosszabb feltételekkel kezdték meg nyugdíjas életüket, mint a friss nyugdíjasok.

A kormányok, ahogy azt évtizedek óta látjuk, úgy félnek a nyugdíjreformtól, mint ördög a tömjénfüsttől. Pedig a szakértő szerint a megoldás kézenfekvő lenne. A kisebb nyugdíjak nagyobb arányú vagy nagyobb összegű emelésével lassítani lehetne az elszegényedést, illetve a jelenlegi határtalan felső összeg korlátozásával csökkenteni a kiadásokat.

2025-ben az „inflációkövető” nyugdíjemelés mindössze 3,2 százalék volt, ami a százezer forintos vagy akörüli nyugdíjak esetén még egy negyed

hétvégi bevásárlásra sem elég. Nem véletlen, hogy idős magyarok tömege táplálkozik egyre rosszabbul, nem veszi meg a szükséges gyógyszerét, fázik a saját lakásában és világít egy gyertya fényét alig lepipáló lámpával, csakhogy ki tudja fizetni a kötelező költségeit. Ha a döntéshozóknak is tartaniuk kellene attól, hogy aligha tudnak majd megélni a nyugdíjukból, sokkal érzékenyebbek lennének a döntéseik során.

De ettől, úgy tűnik, nem fáj a fejük.

Botokkal, kövekkel

Már megengedheti magának, hogy élete utolsó időszakát olyan helyen élje, ahol biztonságban és jól érzi magát és ezt keresi a nagyvilágban. Ez derült ki egy hetvenes éveit taposó neves külpolitikai újságíróval folytatott rádiós beszélgetésből, aki hol egy hazai településről posztol valami érdekeset az egyik közösségi portálon, hol a Föld másik felének valamelyik országából. Ahogy mondta, megtanult kis pénzből utazni, megélni.

A beszélgetés természetesen politikáról is szólt és annak hatásairól. És itt vált nagyon is pesszimistává a társalgás, mert a riportalany riporter arról kezdett beszélni, hogy olyan lett pár éven belül az európai helyzet, mint volt 1938-ban a második világégés kirobbanása előtt. És e kijelentését összekötötte a milliók haláláért, a felfoghatatlan pusztításért felelős német nemzetiszocialista pártvezér hatalomra jutásával és a minap beiktatott szavahihetetlen, gátlástalan, elszabadult hajóágyú módjára működő amerikai elnökkel. Kortársaik eleinte mindkettőjüket kinevették a gesztusaikért, az értelmetlen beszédjeikért, aztán évekkel később nem győztek sorban állni, hogy szívességet tehessenek nekik.

Bevallom, nehezen élem meg az egymással már nem csak szájkaratézó, de egyre keményebben fegyverkező nagyhatalmak ténykedését, mert annyi az emberiség történetéből tudható, hogy ezekből rendre háborúk törnek ki. És azt is megtanulhattuk, hogy amikor az értelmetlen harcokban már százezreket megöltek, mindent leromboltak, akkor a kifáradt ellenségek

kötnek valamiféle békét, amit aztán erejük visszatértével bőszen meg is szegnek. A háború rendre csak háborút szül és sohasem tartós békét. Legalábbis olyant nem, amelyben a többség valódi békében élheti az életét, teheti a dolgát, és gyarapíthatja az emberiség tudását, vagyonát. Ez az önjelölt világmegváltóknak édeskevés.

Európa a békeévek alatt sem volt oly nagyon békés, mert volt itt is több forradalom, polgárháború és valóságos háború is. A világ többi része meg még békétlenebb volt a második világháborút követően, hiszen a koreai háborút a vietnámi követte, volt rakétaválság Kubában, hajszálra a harmadik világégéstől. És elég csak Iránra, Afganisztánra, Irakra, Kuvaitra gondolni, ahol hullottak a bombák, vagy napjaink Ukrajnájára, valamint a szinte megszámolhatatlan helyi testvérgyilkos polgárháborúra.

Szeretném hinni, hogy az amerikai és orosz vezetők, továbbá követőik, időleges szövetségeseik, haszonlesőik valahonnan előkaparják poros, de talán még használható józan eszüket és végre megnyugszanak, hogy ezt tehessük mi is.

Albert Einsteint egy újságíró egyszer arról kérdezte, hogy szerinte mivel fogják megvívni a harmadik világháborút. A nagy elme erre azt válaszolta, hogy azt nem tudja, de a negyediket biztosan botokkal és kövekkel.

Csetepaté

- Mit akar tőlem, mit gondol, ha rám mászik hamarabb ér a pénztárhoz? Arra nem gondol, hogy megsérti a szuverenitásomat?

Nemigen szoktam figyelni a szupermarketben a nagy ritkán felcsattanó vitákra, megvan mindenkinek a baja, én is elgondolkodva várom, hogy a heti bevásárlásom portékáit a futószalagra tehessem. Ezúttal sem foglalkoztatott a közvetlen előttem nyomakodó idősebb úr és tapasztaltabb korú nő vitája. Ha beleszólok kettőjük ügyébe, a hölggyel értek egyet, engem is zavar, ha a mögöttem idegeskedő izgalmában bökdösi a hátamat, de nem tettem. Igazából a szuverenitás szóra kaptam fel a fejem.

A szuverenitás mifelénk mostanában vezérlő elv és hívószó lett, használja minden kormánypárti politikus, ha beleillik a beszédébe, ha nem. De kell, muszáj is használnia, a főnöke vagy a fő propagandista most ezt találta ki jelszóként, miközben tudjuk, hogy cseppet sem vagyunk szuverének, hiszen földrészünk keleti részétől politikailag, Ázsia legnagyobb államától kereskedelmileg, pénzügyileg tette függővé hazánkat a jeles egyszemélyi vezetőnk.

Érdemes a szuverenitás fogalmánál egy kicsit elidőznünk. A szó eredeti politikai jelentése: önállóság, függetlenség, képesség az önálló hatalomgyakorlásra. A jogban a kifejezés a természetes vagy jogi személy kizárólagos önrendelkezési jogát jelenti, vagyis a külső kényszer nélküli cselekvést. Ha ez utóbbira gondolunk, máris értelmet nyer az asszony pénztár előtti kifakadása a szupermarketben.

Azon érdemes elgondolkodnunk, hogy vajon mint természetes személyek, mennyire vagyunk, lehetünk szuverének? Vajon a törvények, szabályok, elvárások, társadalmi kívánalmak közepette mekkora az egyén szabadsága és az önrendelkezése? Vajmi csekély és az is igen szűk mezsgyén mozog. Egyetlen társadalom, jogállam, szervezet, intézmény sem működhet szabályok nélkül. Ugyanígy a magánéletben a családoknak, baráti társaságoknak is megvan a maguk számtalan elvárása, szabálya, amelyet apró korunktól próbálunk elsajátítani. Akiknek ez sikerül, törvénytisztelő, családszerető, baráti körökbe illő emberek lesznek, a többiek a deviánsok, vagyis a társadalmi normákat tagadók. De ettől persze még ők sem szuverének, legfeljebb kellemetlenek, törvénysértők, bűnözők, a többségi társadalom számára nemkívánatos személyek.

Ezek után felmerül a kérdés, hogy a globális világunkban lehet-e állam vagy egyén egyáltalán szuverén? Ki kell mondanunk: aligha. Mert bezárkózhat egy ország a maga világába, lezárhatja a határait, de akkor a lakosai éhezni fognak, a gazdaság, kereskedelem alig működik, ahol meg egy diktátor határozza meg az egyének sorsát, ott végképp alig értelmezhető a függetlenség fogalma.

A nyomulóktól ezek alapján legfeljebb csak annyit érdemes kérni, hogy álljon már távolabb tőlem, jó ember!

Amikor minden jobb volt

Szívesen nosztalgiázunk, ha már végképp elegünk van a mából. Sóhajtva gondolunk vissza a régmúltba, hogy akkor minden jobb volt. De vajon igaz ez, vagy csak a kopó emlékezet teszi szebbé a régi időket? Aki végigélte a háború utáni Magyarország különféle korszakait, visszatekintve elálmélkodhat azon, hogy hányféle éra elvárásai közepette volt szerencséje létezni, alkotni, vagy éppen szenvedni. Volt itt véres és kevésbé véres diktatúra és volt hazánk a legvidámabb barakk is. Volt befuccsolt új gazdasági mechanizmus, voltak kegyeltek és üldözött rendszerellenesek, volt szamizdat és hivatalos pártpropaganda, teljes foglalkoztatottság alig fizetéssel, de volt mit enni.

Készült egy szociológiai kutatás arról, hogy a különböző korosztályok tagjai hogyan gondolkodnak az elmúlt évtizedekről és vajon melyik korszakot tartják a legkellemesebbnek. Az Europion piackutató munkatársai a kollektív nosztalgiára voltak kíváncsiak. A kutatás alapkérdésének lényege megfogalmazható úgy is, hogy régen valóban minden jobb volt? Bár az, hogy kinek volt régen valami jó, az nagyon is függ attól, hogy ki hány éves, mikor és mit élt meg, mennyire függött attól a korszaktól és így tovább.

Csak hogy érthető legyek, a minap hallgattam egy mindössze huszonöt éves fiatal újságírónőt, aki egy kétmilliós nézettséget jóval meghaladó tényfeltáró filmet készített kollégáival együtt az ország egyszemélyi vezetője vejének gazdagodásáról és elmondta, hogy a dokumentumok, filmrészletek felkutatása során számára – miután csak 10 éves volt, amikor a jelenlegi rezsim hatalomra került – minden újdonság volt. Gyerekként, fiatal lányként sok minden foglalkoztatta csak éppen a politika, vagy a gazdaság pillanatnyi állapota nem.

Visszatérve a kutatáshoz, az három szinten történt. Az egyik kérdései az általános társadalmi berendezkedés, a politikai, gazdasági rendszer és a társadalmi alapértékek voltak. A második szintet a mindennapos

boldogulási- és karrierlehetőségek, míg a harmadik témáit a kultúra, zene, sport és divat jelentették.

Az talán nem meglepetés, hogy korosztályonként más és más volt a legjobbnak tartott évtized. Nem meglepő például, hogy a 16-29 éves korosztály tagjainak majdnem fele az ezredforduló óta eltelt időszak egyik, vagy másik évtizedét tartja ebből a szempontból a legjobbnak. A 60 év felettiek több mint fele a rendszerváltás előtti évtizedek társadalmi értékeire emlékszik vissza a legszívesebben. A politikai rendszer megítélésében az 50-59 éves korcsoport 40%-a a 80-as évekre, a 60 évnél idősebbek többnyire a 70-es és a 80-as évekre emlékeznek vissza jó szívvel. Sőt, az utóbbiak 56%-a szerint a 70-es, 80-as években volt a legjobb hazánk gazdasági teljesítménye. A legtöbbeknek alighanem az az időszak volt a legjobb, amikor fiatalok voltak.

De akkor tényleg minden jobb volt?

Oltástálibok

Jó, hogy csupán hatéves kis srác voltam, amikor kitört az éppen soros gyermekbénulás járvány, így csak szüleim félelméből sejtettem, hogy az valami szörnyű dolog. Hazánkban több ilyen járvány is kialakult, és ha életben is maradtak, sok örökre megbénult gyerek került vastüdőbe, amiből csak a feje volt kint, hogy ott élje le egész életét. A borzalmaknak nálunk a szájon át adott oltóanyag vetett véget.

Manapság bárkire bármit rá lehet fogni. Bátran aggathat a közösségi portálok népe valakire címkét, az nagyjából rajta is marad. Időtállóan divatosak a kommunista, náci, fasiszta, libsi (libernyák) és hasonló megjelölések. S hogy ez hogyan jön a gyermekbénuláshoz? Nagyon is.

A minap ugyanis egy újabb címkéről hallottam, ez pedig az oltástálib jelző. Némi kutatás után megtudtam, hogy az afgán tálibok mély oltásellenességével ellentétben idehaza az az oltástálib, aki kiáll a védőoltások mellett. Mert miközben hazánk valóban világraszólóan élenjár a gyermekkori kötelező védőoltások terén és az átoltottság közelít a

kilencvenkilenc százalékhoz, egyre inkább erőre kapnak az oltásellenesek mozgalmai is. Pedig a kötelező oltásoknak köszönhető, hogy sokszor halállal végződő fertőzések sora szorult vissza és így gyermekeink döntő többsége megérheti a felnőttkort.

A minap az ügyvédek zárt Facebook-csoportjában látott napvilágot egy hír, miszerint nagyjából százötven per zajlik országszerte, amelyekben az oltást megtagadó szülők perlik a törvényi kötelességüket teljesíteni akaró orvosokat, mert nem adtak írásos felmentést a gyermek beoltása ellen. Nos, aki az oltásellenesség ellen emeli fel a szavát, az az oltástagadók zsargonjában az oltástálib.

Az oltásellenes csoportok a Facebookon büszkélkednek is azzal, hogy hány ilyen pert indítottak. A bepereltek között az orvosok mellett védőnők, gyámügyi és népegészségügyi dolgozók is vannak. És ahogy az oltásellenesek írják, harcukat addig folytatják, amíg elérik, hogy az oltások ne legyenek kötelezőek, csak választhatók.

Nyilván esetükben is lehet hivatkozni az egyén szabadságára, az önrendelkezési jogaira. De mindez csak addig lehet igaz, ameddig az illető a saját életével játszik, ahogy tették szép számmal a covid-járvány alatt olyan oltásellenesek is, akikre szomorú szívvel emlékezünk. Pedig sokan még közöttünk lehetnének, ha időben beoltatják magukat. Sok oltástagadó vallja, szíve joga eldönteni, hogy magát, vagy gyermekét kitegye-e a vakcinák esetleges mellékhatásainak vagy sem. Pedig ez nem így működik, mert a betegségek visszaszorításához mindenkire szükség van. Az oltatlanok sokakat megfertőzhetnek és így erősítenek tovább egy betegséget, járványt.

Aki pedig szülőként az oltások ellen dönt és emiatt gyermeke életre szólóan beteg lesz, vagy meghal, megbocsáthatatlan bűnt követ el.

Sodró ár

Zsuzsi és János idén lenne hetvenéves. Az ikrek 1955-ben életképes koraszülöttként látták meg a napvilágot Budapesten, hogy aztán életük végéig kegyetlen utat járjanak be. A fővárosi Baross utcai klinikán születtek, onnan, ki tudja miért, négy nap múlva nagy hirtelen egy rázós mentővel Csepelre szállították őket.

Örök titok marad, hogy a neves fővárosi kórházból miért kellett Csepelre kocsikázni a testvéreimmel. Tény, hogy ott mindketten sárgaságot kaptak, majd a kiadott papírok szerint nyolc nap szenvedéssel teli élet után agyvérzésben elhunytak.

Mindez nyilván a mi családunk megemészthetetlen tragédiája, sok hasonló eset volt előtte és utána is. Ha ma elégedetlenek vagyunk az egészségüggyel, érdemes belegondolni, hogy a háború után tíz évvel milyen kevés orvos volt az országban. A zsidó orvosokat munkaszolgálatra, haláltáborokba vitték, ahonnan zömében nem jöttek vissza. A harcképes doktorok jó része a fronton volt és ha életben maradtak, harcoltak, vagy a roncsolt, csonkolt testű katonákat próbálták e világon tartani, hogy aztán a szerencsés életben maradottak – akkori szóhasználat szerint – nyomorékokként éljenek, amíg sikerül nekik. Nem volt jobb a szakképzett nővérek helyzete sem.

A minap a Velencei-tó északi oldalán egy olyan helyen jártam, ahol nagyon sok évig oktattam, neveltem, faragtam emberré és élsportolóvá a tanítványaimat. Aztán évekig nem mentem arra, nem esett jól, mert szerettem azt a korábbi életemet. S bár magam döntöttem az edzői munkám befejezéséről, akkor is nosztalgikusan fájdalmas volt a visszaemlékezés.

Amit sok év után most ott láttam, már köszönőviszonyban sincs a múlttal. Az egykori puritán sporttelepünk helyén az evezős és kajak-kenu pálya mellett a parton egy modern sportközpont épült fel. Ahogy a kietlen februári hidegben sétáltam a kerítés mellett, hogy bekukkantsak az egykor oly jól ismert területre, a változásról elmélkedtem. Arról is, hogy vajon Zsuzsi és János micsoda változásokat élhetett volna meg, ha a sorsuk úgy lett volna megírva.

Párom gyakran panaszolja, hogy ma már oly gyorssá vált a változás, hogy az szinte követhetetlen. És nem csak a jogban, ahol ő is teszi a dolgát és

ahol például csak 2023-ban 1567 új jogszabály jelent meg. De minden más is változik, amelyhez az idősebbek egyre nehezebben alkalmazkodnak. Küzdeniük kell a dolgok megértésével az orvosi ellátásuk, banki dolgaik, a hivatalos ügyeik internetes intézései terén, hogy csak néhányat említsek. Mert hol volt mobiltelefon, világháló, mesterséges intelligencia, elektromos autó és digitális állampolgárság az első negyven-ötven évükben? Még csak a képzeletükben sem. Nem tudom, hogy Zsuzsi és János hogyan élte volna meg mindezt.

Helyettük is igyekszem hát úszni a mind sodróbb árral, alkalmazkodni és elfogadni, hogy a változás örök.

Túllélegzők

Amikor vagy negyven évvel ezelőtt megírtam a sportlégzéssel kapcsolatos főiskolai szakdolgozatomat és később több szakmai fórumon is értekezhettem egy Buzás József nevű idősebb úr által a saját rossz egészségi állapotának javítására kitalált légzési módszeréről, oly módon mélyültem el a helyes légzés módszertanában, hogy azt hittem e témában sok újat már nem tud nekem nyújtania világ.

Tévedtem. A minap ugyanis útközben arról hallgattam beszélgetést az egyik rádióműsorban, hogy a földkerekség lakosságának jelentős része, különösen a fejlett társadalmakban élők túl sok levegőt lélegeznek be, vagyis túllélegzenek. A légzést joggal azonosítjuk magával az élettel. Amikor valaki rosszul lesz, idegrohamot kap, ájulás kerülgeti, a leggyakoribb tanácsunk, hogy lélegezzen hosszan, mélyeket. Mint kiderült, ezt is helytelenül tesszük.

Valamikor az 1950-es években egy Konstantin Buteyko nevű ukrán orvosprofesszor alkotta meg a Buteyko-légzéstechnikát. Ez a gyógyító módszer légzésvisszatartási gyakorlatokat alkalmaz a légzés sebességének és mennyiségének szabályozására. Buteyko doktor arra jött rá, hogy jószerével majd’ valamennyi civilizációs betegség kialakulásának egyik oka

lehet a túllégzés, vagyis a túl sok levegő bevitele. A túllégzés szén-dioxid veszteséget okoz miközben a szervezetnek szüksége van erre a gázra, mert hiányában felborul a biokémiai egyensúlya.

A professzor elsősorban az asztmásoknak javasolta a módszert, de aztán kiderült, hogy a horkolástól, a szívelégtelenségig számtalan baj okozója lehet, ha percenként túl sok levegőt szívunk be. Hogy mennyi az elegendő és mennyi a sok, azt elég nehéz megállapítani, mert normál esetben a percenkénti légzésszámot, a beszívott levegő mennyiségét, ha csak nincs ez irányba mutató baj, nemigen mérik. Pedig van kóros értékük is. Elegendő szén-dioxid hiányában jön az asztmaroham, az arcüreg-, orrmelléküreg-gyulladás, sokféle légúti probléma. De kihathat e gáz hiánya az emésztési-, keringési rendellenességekre, refluxra, bélbajokra, magas vérnyomásra is. És ki gondolná, még az idősebbeket érintő gyakori vizelési kényszer is visszavezethető a túllégzésre.

Elgondolkodtam azon, hogy miközben az őserdőket bőszen irtják az ebben az üzletágban érdekeltek és az egykori pár ezer ember helyett már nyolcmilliárdnál is többen szívjuk be teli tüdővel a levegőt, sokan jóval többet is, mint szükségünk lenne rá, marad-e még elég levegőnk? És az állatokról még nem is beszéltünk, pedig lehet, hogy sokuk ugyancsak túllélegzik.

Nagy kérdés, hogy miután ennyire sok bajunk okozója lehet a túllégzés, ha megtanulunk kevesebb levegőt beszívni az amúgy is mindinkább fullasztó légkörünkből, vajon eldobhatjuk-e a gyógyszereinket?

Vagy csak simán megfulladunk?

Kehes motor

– Idejét sem tudom már, hogy mikor kellett céget alapítanom – mondta ügyvéd ismerősöm –, pedig évekig ezek jelentették a legtöbb munkát. Mostanában leginkább csak adásvételek, egy-két válás kerül hozzám és

ahogy hallom, nincs ez másként a kollégáimnál sem.

Mindez elsősorban a polgári törvények alá eső ügyekre igazak, a büntetőügyekre szakosodott ügyvédek nemigen szenvednek munkahiányban. És ahogy látjuk a kormányzat hirtelen ötlettől vezérelt, kapkodó, egyik napról a másikra történő, mindenféle társadalmi egyeztetést, hatástanulmányt nélkülöző törvénykezését, a munkájuk tovább fog szaporodni.

Nem is oly régen még erősen tartotta magát az a felfogás, hogy egy ország gazdaságának motorja a kis- és középvállalkozások (kkv-k) tevékenysége. Ha egy kicsit kutakodunk a neten, láthatjuk, hogy ez valóban így volt még egy évtizeddel ezelőtt is. De a Covid-járvány okozta sokkból is idehaza a gazdaság élénkítését a hozzá nem értés, a politikai haszonszerzés és legelsőként tapasztalhatóan a rokonok, barátok, csókosok helyzetbe hozása, a nagy állami pénzekkel kitömése jelentette és jelenti ma is. A nép egyszerű gyermeke ezt mellőzve mindenféle választékosságot, kifinomultságot, egyszerűen csak lopásnak nevezi.

Nyilván a gazdaság szereplőinek arra is van kifejezésük, hogy ma általában egy akárcsak közepes vállalkozás sem rúghat labdába a közbeszerzéseknek nevezett pénzkihelyezések, vagyis állami megrendelések során. Hiába pályázik ugyanis, azt nagy biztonsággal tudhatóan egy erősen körülírható, megbízható és az állampárthoz közeli, a hatalomhoz végtelenül lojális üzleti, vállalkozói kör kapja meg. A kis- vagy középvállalkozásoknak meg marad a győzteseknél kuncsorogás alvállalkozói munkákért, az asztalról lehulló aprópénzért, hogy életben tudjanak maradni.

2023-ban egy, a kkv-k helyzetét megerősíteni szándékozó miniszteriális akcióterv adatai szerint az előző évben mintegy 900 ezer vállalkozás működött hazánkban. E dokumentum keletkezésének évében ugyanakkor nem kevesebb, mint átlagosan 103 vállalkozás szűnt meg. Naponta! Ezek java része a már említett kis- és középvállalkozások soraiból került ki.

A számok mögött emberi sorsok, családok megélhetése áll. Azok az alkalmazottak, akik alól kifogy a vállalkozás, akik egyik napról a másikra munkanélküliek lesznek, vagy pályát kell módosítaniuk, nehezen élik meg mindezt. Ahogy azt is, hogy multicégek uralnak mindent és a már említett kedvezményezett hazai milliárdosok vállalkozásai, vagy éppen kelet-ázsiai akkumulátorgyárak, összeszerelő üzemek, ahol szívesebben foglalkoztatnak

harmadik világbeli munkásokat, mint magyarokat, mert – állítólag – igénytelenebbek.

Céget alapítani manapság jó kis kalandnak tűnik. Ahogy kalandvágyból itthon maradni, itt boldogulni is.

Anyataxik

Vagy tíz percet vártam a járművével pár métereket előre-hátra küszködő ifjú hölgyre, hogy a bölcsőde előtti szűk parkolóból kitolasson háznyi SUV-jával és végre én is beállhassak a magam helyére. Felajánlottam, hogy irányítom, vagy akár ki is vezetem kocsiját a szorult helyzetéből, ahova ő maga navigálta be az utcai terepjáróját, de tudomást sem vett rólam.

Nem először történt ilyen, több alkalommal is összefutottam a gyermeküket bölcsődébe, óvodába, iskolába fuvarozó anyukákkal és bár általában igen türelmes és udvarias vagyok, sajnos már összetűzésbe is kerültem egy hölggyel, aki aztán a vita hevében gyorsan el is veszítette hölgy jellegét. Mint a napokban megtudtam, a gyermeküket mindenhova autóval fuvarozó mamáknak már összefoglaló nevük is van, anyataxiknak hívják őket.

Az egyik kereskedelmi rádió közismert műsorvezetője a különböző típusú autóvezetőkről beszélgetett vendégével a műsorában, amikor a többnyire a nagyobb városokra jellemző anyataxi-jelenségre terelődött a szó. Arra, hogy szép számmal vannak édesanyák, akiknek állandó elfoglaltságaik közé tartoznak a gyerekeik fuvarozása. Ő is azt tapasztalta, amit én, hogy a jobb módú környékeken busznyi autókat vezetnek olyan ifjú anyák, akik egyáltalán nem érzik járművük nagyságát. Jószerével alig látnak ki belőle, csoda, ha nem törik össze a család drága járművét, vagy bárki másét.

Utánanéztem az interneten és az anyataxi-jelenségnek, ahogy a helikopter-, vagy fűnyíró szülőségnek is komoly irodalma van már. Helikopter szülő az, aki túlságosan félti és óvja a gyermekét a rá leselkedő veszélyektől, ezért szigorúan felügyeli őt az élet minden területén, a fűnyíró szülő pedig azonnal ott terem, ha a gyerekének bármilyen problémája akad

és az ifjú helyett meg is oldja a helyzetet.

Ahogy olvastam, a gyerekek autóval szállításának leginkább a biztonság és az időtakarékosság lehet az oka. Én, ahogy nyilván olvasóim zöme is már egészen ifjan gyalog mentem reggelente az általános iskolába, majd ugyancsak gyalogosan ballagtam haza a suli után. Autóval nem is vihettek volna a szüleim, nekik sohasem tellett ilyen járműre. Kisgyerekként sem ért bántódás az utcán, ugyanezt ma talán már nem lehet elmondani a közbiztonságról.

Gyakran járok a főváros leggazdagabb kerületében, ahol a bölcsődék, óvodák táján reggelente igen nagy a járműforgalom és csak pár szülőt látni, aki kocsiban tolja, vagy kézen fogva vezeti kicsinyét annak „munkahelyére". Utam rendre elvezet egy olyan általános iskola mellett is, ahol amerikai mintára K+R (kiss+ride), vagyis puszild meg a gyereked és hajts tovább sávot is kialakítottak.

Az anyataxizás korunk jelensége és aligha fog megszűnni. Ugyanakkor mindannyian jobban járnánk, ha az anyukák a számukra is kezelhető kisebb, de a gyermekükre nézve még biztonságos járműveket vezetnének.

Nyakunkon a jégkorszak

Pár évvel ezelőtt egyszer már jól felidegesítettem magam. Olyannyira, hogy aludni is alig tudtam. Akkoriban derült ki számomra, hogy a Hold, meglehetősen hűtlen módon szökik tőlünk, menekül a Földünktől. Első látásra nem tűnt veszélyesnek a dolog, hiszen ahogy a tudósok kiszámolták, a Hold jelenleg évente csak 3,81 centiméterrel távolodik el a Földtől. De teszi ezt rendületlenül. Hát hova vezethet az ilyen alamuszi távozás?

Akkoriban elgondolkodtam, hogy mi lesz a családommal, barátaimmal és – jólelkű ember lévén – még az is, hogy mi lesz az emberiséggel, ha végképp meglép a Hold? Mert ma még kevesebb mint négy centi a lopakodó távolodás, de ha a Holdunk vérszemet kap, és ráadásul egyre kevésbé lesz rá hatással a Föld tömegvonzása, elkezdhet nagyobb

lendülettel távolodni. Hogyha csak így maradna, ami persze abszolút megengedhetetlen, akkor is röpke százezer év alatt már több mint 38 kilométerre futna tőlünk. Igaz, ez még mindig nem túl tragikus, ha azt nézzük, hogy jelenleg 384 ezer kilométerre van tőlünk a poros felszínű égitest, de, mint tudjuk, az ördög nem alszik.

Na mármost mindez időben viszonylag távoli lehetőség a pusztulásunkra, de miután pár év alatt végre úgy-ahogy megbarátkoztam a Hold ügyével, máris jött az újabb csapás. Ahogy az a LiveScience tudományos portál minapi cikkében olvasható, a Föld tengelyének Naphoz viszonyított dőlésszöge nem állandó, és ennek a változása irányítja a bolygó jégtakaróinak mozgását. Mint a cikk olvasói azt egy új kutatás eredményéből megtudhatták, a tengely mozgása váltotta ki az elmúlt 800 ezer év nyolc jégkorszakának kezdetét és végét.

Sejthető, hogy most egy rossz hír jön. A kutatók az adatokból ugyanis azt is kiszámolták, hogy jelenleg hol tartunk a jégkorszakok ciklusában. Kiderült, hogy 10-11 ezer év múlva máris esedékes lesz a következő kegyetlenül hideg időszak. És ha ez önmagában még nem lenne eléggé félelmetes, azt is jelezték, hogy számításaik szerint nagyjából 80 ezer évig fog tartani.

Mindez a jelenlegi egyre keményebben izmozó és egymással versenyt fegyverkező országok világháborús fenyegetése mellett is figyelemreméltóan aggasztó. Hát még, ha esetleg számítási hiba miatt hamarabb következne be mindaz, amiről fentebb szó volt, és nem tízezer, hanem már ezer év múlva fagyoskodni kezdenénk. Vagy, ha az emberi tevékenységek miatt ránk tört klímaváltozás minden tudósi számítást felrúgna és nem megfagynánk, hanem megsülnénk pár év múlva? Számomra a háború, a fagyhalál, vagy élve megsülés közül egyik sem vonzó.

Bár, lehet, hogy mégis a jégkorszak lenne a legjobb rossz. Az tűnik ugyanis egyelőre a legtávolibbnak és addig még törhetjük a fejünket, hogy hogyan tovább.

És ha közben kitör a világbéke, hát egy gonddal kevesebb.

Őrült elmélet

Törte fejét az elnök, hogy hogyan járjon túl ellenségei eszén. Aztán rájött. Vagy valaki a stábtagjai közül. Végül is mindegy kinek a gondolata volt, úgyis minden az elnöké lett. Az ötlet is.

Az elnök azt gondolta ki, hogy elterjesztenek egy őrült ötletet, mert országának, ahogy neki is szép számmal voltak ellenségei. Az őrült elmélet lényege az volt, hogy a hihetetlennek tűnő fenyegetései hitelesnek tűnjenek. A beavatottak el is kezdtek ötletelni, hogy mi lehet az az őrült fenyegetés, amire már csak legyintenek az ellenségek, vagy jót röhögnek rajta, mert annyira hihetetlen. Aztán ők majd mégis jól megcsinálják.

Mindezt nem én találtam ki, ez maga a valóság. Az Egyesült Államok, mint napjainkban is tapasztaljuk, sohasem nélkülözte az furcsa elnököket. Egyikükről, szám szerint a 37-ikről, akinek a Watergate-botrány miatt kellett lemondania, például egy interjúban az a kérdés is elhangzott, hogy „hogyan lehet értékelni egy ilyen egyedi elnököt, aki ennyire zseniális és erkölcsileg ennyire tökéletlen?”

Visszatérve az ötlethez, amelyet éppen az imént említett jeles vezető állítólag az akkori vezérkari főnökének őrült elméletként adott elő és amelytől azt várta, hogy az észak-vietnámiak elhiggyék, elérte azt a pontot, amelynél bármit megtehet már a háború megállításáért. Vagyis, hogy a nukleáris gombon tartja a kezét és bármelyik pillanatban meg is nyomhatja azt.

Így került be a politikába, az egymás sanyargatásának eszközei közé a Madman theory, vagyis az őrült elmélet. Ma újfent évadját éljük mindennek, percenként kapkodhatjuk a fejünket a vezetők őrült elméletei, kijelentései és tettei okán.

Hasonlóan lett közkinccsé a világban a valakinek a hasznos idiótája, vagy mifelénk sokszor használt hasznos hülyéje kifejezés. A hasznos idióta egy olyan ember, aki túlértékelve önmaga jelentőségét, ismereteit, képességeit, kivagyiságból, tudatlanságából, lelkesedésből önként olyan érdekeket szolgál, amelyekkel, ha megértené azok valódi lényegét, talán nem is

rokonszenvezne. Eredetileg egyébként a Szovjetunió nyugati szimpatizánsait nevezték így.

Hasznos idiótát az átlagemberek között is szép számmal találni. Mellettük olyanokat is, akik országokat vezetnek, de népük, hazájuk sorsát is sutba vágva nemzetközi karrierbe kezdenek, hogy olyan erős pajtások játszótársai legyenek és elsők között vegyék be őket a meccseknél a csapatukba, mint a leghatalmasabb államok vezetői. Rajtuk kívül jó néhány gyengébb játszópajtás kegyei is izgalmasak számukra, mert azoktól is hasznot remélnek.

Azt ugyan egy darabig nehéz eldönteni valakiről, hogy megjátssza az őrültet, vagy valóban őrült-e. Ugyanez a helyzet a hasznos idiótával is, akin akár jót is nevethetnének az ismerői. De nem teszik.

Tudják, hogy tettei a végén úgyis nekik fájnak majd.

Ők hatvanezren

Amikor még az országos napilapok jelentették a fő tájékozódási lehetőséget, speciális olvasási szokások alakultak ki. A férfiak egy része a sportrovatnál kezdte a tájékozódást, az asszonyok a divattal, háztartással foglalkozó cikkeket keresték, míg az idősek közül nem kevesen a halálozási hírekre lapoztak, hogy megtudják, kit éltek túl.

A hatvanon túliak közül megrendítően sokan mennek el mostanában és a többségüknek a megfelelő feltételek megléte esetén még akár több évtizednyi életévük is lehetett volna. A helyes életmód, jó táplálkozás és megfelelő orvosi ellátás sokat segítene ebben. Az orvosi kamara nemrégiben megkongatta vészharangot, mert tíz férfiből négy nem éri meg a nyugdíjkorhatárt, továbbá évente 60 ezer ember hal meg elkerülhető okok miatt. Hatvanezer ember annyi, mint Veszprém, Tatabánya, Sopron vagy Kaposvár városok lakossága.

Sok szakember szerint nemigen törődünk az egészségünkkel. Rengeteg például a rossz fogú, vagy fogatlan, túlsúlyos, vagy éppenséggel kövér ember. Ha megnézzük az egy évvel ezelőtt kiadott kövérségi rangsort, azt, hogy mely nemzetek a versenytársaink túlsúlyban, akkor azt látjuk, hogy

hazánk a 39. a listán és a lakosság 26,4 százaléka elhízott. Az sem lehet vigasz, hogy a 10. USA lakosságának 36 százaléka kövér.

Pár hónapja látott napvilágot egy kormányzati terv, amelyet én örömmel üdvözöltem, ellentétben sok olvasómmal, akik felháborítónak tartották az elképzelést. A terv szerint meghatározott korosztályok tagjainak esetében a gyakran előforduló rákfajták időbeni felfedezésére kötelezővé tették volna a rendszeres szűréseket. Az már más kérdés, hogy a kivéreztetett egészségügyi ellátórendszer sem elegendő szakemberrel, sem megfelelő mennyiségű eszközzel nem rendelkezne a kötelező szűrésekhez, továbbá a felfedezett betegségek kezelése is anyagi, személyi és tárgyi akadályok tömegébe ütközött volna. Vissza is vonták a törvénytervezetet.

Egy tavalyi kutatás szerint a magyaroknak több mint fele erősen tart attól, hogy rákos lesz, ennek ellenére csak minden ötödik megkérdezett tesz meg minden tőle telhetőt a megelőzés érdekében. Példaként említhetjük, hogy már a nemdohányzók körében is terjed a tüdőrák, nem beszélve az aktív dohányosok között mind gyakoribb tüdőrákos megbetegedésekről, mégis csak kevesen mennek tüdőszűrésre.

Az említett kutatás szerint a lakosság majdnem fele egyáltalán nem jár rákmegelőző szűrővizsgálatokra. A statisztikát aligha javítja, hogy mind hosszabbak a vizsgálati várólisták és ha gyorsaságra, jobb körülményekre vágyik az egészségével törődni szándékozó, akkor meglehetősen mélyre kell a zsebébe nyúlni a magánrendeléseken.

Sok honfitársunk veszi félvállról a szűréseket mondván, hogy ő aztán el nem megy, legfeljebb meghal. Ezt senki sem kerülheti el, de nagyon nem mindegy, hogy mikor.

Betiltva

A szexuális másság engem egyáltalán nem zavar. Tudomásul veszem, hogy

vannak emberek, akik úgy születtek, hogy e téren mások, mint a nagy átlag. Nem zavar például a homoszexualitás sem, de ezzel szemben van egy elvárásom is: ne kelljen néznem. Vagyis tőlem mindenki azt szeret, akit akar, ugyanis nekem ehhez semmi közöm sincs.

Azt, hogy ne kelljen néznem, leginkább azért mondom, mert talán a politikai korrektség (PC) miatt, vagy a diszkriminációellenes woke mozgalom okán egyre több film alkotói érzik magukra nézve kötelezőnek, hogy filmjükben legyen egy többnyire homoszexuális, vagy leszbikus vonal, amelyet követhet a néző. Családunk előfizetett az idehaza legerősebb streaming szolgáltatásra, amelyen filmeket, sorozatokat lehet nézni. A cég műsor- és üzletpolitikájának része lehet, hogy az egyes társadalmak valamennyi rétegét megcélozzák és ezért szép számmal akad olyan film a kínálatukban, amely a szexuális mássággal élők cselekedeteit is tartalmazza. Azt tapasztalom, hogy mind több e párok intim jelenete és ezzel máris ott tartunk, hogy én ezt nem akarom nézni. Ahogy az utcán sem.

Hazánkban több kutatás is foglalkozik a szexuális mássággal élő emberekkel, a társadalmon belüli arányukkal. Úgy gondolom, hogy a valós számot nagyjából csak megbecsülni lehet, hiszen a korábban meglévő és a kormányzat által felkorbácsolt ellenérzések, indulatok miatt is sok a titkolózó e téren. Kevesen vállalják ugyanis az esetleges kiközösítéseket, szóbeli, vagy tettleges bántalmazásokat. Egy 2023-as felmérés szerint az LMBTQ emberek aránya Magyarországon a 16-74 év közöttiek között 7 százalék. Ez nagyjából félmillió polgártársunkat jelenti.

Egy harminc országra kiterjedő másik kutatás szerint a felnőtteknek átlagosan 9 százaléka vallja magát az átlagtól eltérő szexuális identitásúnak, és ők elsősorban a fiatalabb generációhoz tartoznak. Sőt, talán a dac is mondatja velük, sokfelé a Z generáció tagjai sorában jelentős növekedést regisztráltak a biszexuálisok számában. Tény, hogy foglalkozni kell a helyzettel, de a diktatúrák és az abba az irányba erősen igyekvők, mint például hazánk vezetője is sokkal több energiát fecsérelnek a tiltásokra, az általuk csak gender ügyként emlegetett jelenségre, mint kellene.

Nem vagyok híve a szexuális másságot felvállaló felvonulásnak, nem nézem és nem is veszek részt rajta, de sohasem tiltanám be. Tiltakozom tehát a szokott módon mindenféle társadalmi egyeztetés, hatástanulmány nélkül egy nap alatt átvert törvény ellen, amely elsőként a Pride betiltásával jár, de nem mellesleg az összes, a hatalomnak nem tetsző gyülekezési jogot

is sérti.

Mondhatjuk mi, akiket a Pride betiltása nem érint, hogy nincs közünk hozzá. De ma ezeknek az embereknek a jogait sértik, lehet, hogy holnap mi jövünk.

Ön és én.

Élenjáró aggodalmaink

Régen túl vagyok már azon, hogy folyamatosan aggódjam valamiért. Nem mondom, családom tagjainak sorsa engem sem hagy túlzottan nyugodtan, hiszen oly sok veszély leselkedik ma ránk. Páromat, ahogy magamat is azzal szoktam nyugtatni, hogy ráérünk akkor idegeskedni, ha baj van és különben is, a hídon akkor kell átmenni, amikor odaérünk. Vagyis előre igen ritkán lehet bármit is megoldani. Talán csak megelőzni lehet, bár az sem igaz mindenre.

E felfogásom ellenére, vagy éppen ezért nagyon is érdekelt, hogy vajon honfitársaim miért aggódnak leginkább. Segítséget az IPSOS ezirányú felmérése adott, amelyből első látásra is kiderült, az egészségügy állapota okozta aggodalomban a legelsők vagyunk a felmérésben részt vett 29 ország lakosai közül. Ez persze még csak magyarázatra sem szorul, hiszen előbb vagy utóbb mindenki találkozik az egészségügyi ellátórendszerrel és tapasztalja, amit tapasztal. A várólistákat, a kórházi állapotokat, a hónapokkal későbbre kapott vizsgálati időpontokat, a túlzsúfolt betegvárókat, a gyógyszerek szépen hízó árait és így tovább. Sokan inkább nem is mennek orvoshoz és ezzel aztán jól meg is büntetik, na nem a rendszert, csak magukat.

Második legaggodalmasabb állapotunk okozója az infláció. Sokaknak egész életük munkája után öregkorukra félretett pénzük olvad el a tavaszi hó gyorsaságával. Vagy fél hónap alatt a fizetésük, nyugdíjuk. Vigaszként láthatjuk vezetőink és családjaik, továbbá cimboráik elképesztő

gazdagodását.

Az említett kutatás címe: What Worries the World, vagyis Mi aggasztja a világot? A cég több mint egy évtizede teszi fel ugyanazokat a kérdéseket, amelyre Magyarországról ezúttal félezernél is többen válaszoltak és így a 75 év alattiak szempontjából ez reprezentatívnak tekinthető. Ahogy az is, hogy a vizsgált államok között Magyarországon messze a legnagyobb az aggodalom az egészségügy helyzete miatt és az elmúlt évhez képest 6 százalékkal még nőtt is azok száma, akiket aggaszt mindez. Láthatóan csak a kormányfőt és az állampárt képviselőit nem, ahogy az irántuk mélységesen elkötelezett híveiket sem.

A megkérdezett magyarok 82 százaléka mondta azt, hogy az országban rossz irányba mennek a dolgok, bár még mindig van 12 százaléknyi hazánkfia és -lánya, aki elégedett. Meglehet persze, hogy ők is morognak, amikor vásárlásaik alkalmával ugyanazokért a termékekért hétről hétre többet fizetnek. Büszkék csak arra lehetünk, hogy sok élelmiszer árának tekintetében már csak a hátunkat nézhetik nyugati barátaink. Ha másban aligha, ebben legalább lehagytuk őket. Bár ez sajnos még viccnek is rossz.

A felmérés kérdéseiben szerepelnek olyanok is, mint a bűnözés és erőszak, munkanélküliség, migráció, társadalmi feszültségek, a környezet állapota. A kínálat hatalmas. Van aggódnivalónk bőségesen.

Bolti ultrák

Nagyjából én is úgy vagyok vele, ahogy bizonyára olvasóim többsége. Számtalan olyan élelmiszert kedvelek, amelyektől a modern kori kutatások elrettentenek. Szakemberek sora riogat a fogyasztásukkal járó rettegett betegségekkel. Pedig vessenek meg érte, szeretem a párizsit, virslit, kolbászt, szalámiféleségeket, gyakran veszek készételt, olykor fagyasztott pizzát, zsiradékként kenyérre majonézt, és rendszeresen iszom 3:1-ben kávét, pedig ezek mind ultrafeldolgozott élelmiszerek, sok sóval, zsírral, cukorral, e-betűs adalékokkal, meg ki tudja még mikkel.

Olvasom persze én is, hogy milyen komoly veszélyeket rejt magában az ultrafeldolgozott élelmiszerek fogyasztása. Csak egy-két példa: a ráktól az agyi kapacitáscsökkenéséig, az elhízástól, a szív és érrendszeri bajokig, cukorbetegségig jöhet bármi. Persze az ember nem fogyaszthat minden nap a kertjében maga által, ellenőrzött módon termelt zöldségeket, gyümölcsöket, nem vághat csirkét vagy sertést, mert a legtöbb embernek nincs is kertje. Akiknek meg van, azok sem mind érnek rá csak ezzel foglalkozni, vélhetően velem együtt igen sokan nem is értenek hozzá.

Marad hát a feldolgozott, sóval, füsttel, gyümölcssavval tartósított és az ultrafeldolgozott, adalékanyagok sorát tartalmazó élelmiszerek bolti beszerzése. És miután olyan értékálló a jó magyar forintunk, amilyen, a legtöbben nagyon is megnézzük, mire költünk a boltban, van-e olcsóbb abból a portékából, ami némi megalkuvással elfogadható olyan jónak, mint a drágább. Meg aztán be kell látnunk, szeretjük, ha mindig van az az élelmiszer a megszokott üzletben, amit kedvelünk, legyen tél vagy nyár. Ez viszont megint csak megalkuvásokkal jár, ahogy a hosszú eltarthatóság, fogyaszthatóság is. Azt is tudomásul kell vennünk, hogy több mint nyolcmilliárd éhes szájat nem lehet kizárólag természetes eledellel etetni. Annyi ugyanis egészen egyszerűen nem termelhető meg, nem tárolható. Marad hát az ultrafeldolgozás.

Mindezek után igen nagy örömmel olvastam arról a kutatásról, amely azt bizonyította, hogy nem leszünk feltétlenül egészségesebbek, ha elkerüljük az ultrafeldolgozott élelmiszereket. A táplálkozástudomány szakemberei szerint ugyanis a tápérték sokkal fontosabb, mint a feldolgozottság mértéke. A kutatók mindennek bizonyítására két különböző étrendet állítottak össze. Az egyikben a kalóriák 20, míg a másikban 67 százaléka származott ultrafeldolgozott élelmiszerekből. Egészséges táplálkozási mutatójuk viszont megegyezett, mindkettő 43-44 pontot ért el a 100-ból.

Mostantól tehát már nem lesz lelkifurdalásom, hogy gyilkolom magam, ha párizsis kenyeret, kolbászos rántottát, vagy ki tudja miből összeállított, de nagyon finom húskenyeret, májkrémet eszem. Egye hát ezeket bátran ön is.

Végül is egyszer élünk, nem?

Hátrányban

Tudom, hogy jó néhány férfitársam nem ért velem egyet, de én mindig is igazságtalannak tartottam, hogy a nők azonos munkáért a férfiakénál kevesebb bért kapnak. Napjainkban nagyjából átlagosan 17 százalékkal alacsonyabb a lányok, asszonyok fizetése, mint a férfiaké. Egy tavalyi számítás szerint az aránytalanságok eltüntetésének jelenlegi tempója mellett 136 évre lenne szükség ahhoz, hogy a férfiak és nők között legalább a bérezésben egyenlőség legyen.

Valószínűleg az átlagnál többször olvasok statisztikákat. Érdekelnek a hazai statisztikai hivatal adatai, bár mint tudjuk, már e jeles intézmény is kormányfennhatóság alatt működik és érzékelhetjük is jeleit a beleszólásnak. Ugyancsak figyelemmel kísérem az uniós összehasonlításokat is, amelyeket 27 tagállam adatai alapján készítenek el és ezek a nagy számok törvénye alapján már közelebb járhatnak az igazsághoz, mint némely országban a saját népesség számára készített kimutatások.

Az Eurostat nemrégiben közzétette a nemi egyenlőségről szóló idei megállapításait. Hazánk a maximálisan elérhető 100-ból 57,8 pontot kapott és az uniós tagállamok listáján az utolsó előtti helyen szerepel. Mögöttünk már csak Románia szerénykedik háromtized ponttal lemaradva.

A nemek közötti egyenlőségről természetesen nem csak a bérek esetében érdemes beszélni, hanem a nők munkahelyi megbecsülése, a családon belüli helyzetük, a velük szemben elkövetett bűncselekmények, a vezetői, politikusi lehetőségeik és jó néhány más szempont mentén is. Az említett jelentésből kiderül, hogy a 18-74 év közötti magyar nők 49 százalékát érte már fizikai és (vagy) szexuális erőszak. A barát, élettárs, férj által elkövetett lelki erőszak a nők 52 százalékát érinti. Ez döbbenetesen nagy szám és lakosságarányosan Magyarországon a legmagasabb. Nem lehetünk büszkék a munkahelyi szexuális zaklatások számára sem, amelyeket mifelénk átlagosan a nők 40 százaléka szenved el. Aztán ott van a foglalkoztatási

hajlandóság is, amely férfiak esetében valamiért jóval erősebb, mint a lányok, asszonyok tekintetében.

Mindezen cseppet sem szépít a tény, hogy a legtöbb családban a nőknek nagyon is komoly a szavuk, meghatározó a szerepük és nem csak a háztartás, a gyereknevelés terén. Ahogy szokás mondani: minden sikeres férfi mögött áll egy erős nő. Mert a teremtés koronái közül sokan igenis szükségét érzik annak, hogy ösztönözzék őket, szervezzék az életüket és meg is határozzák, hogy mikor merre kell haladniuk.

De, ha mindez igaz és nagyon is sokan tudják, hogy igaz, akkor miért a hátrányos megkülönböztetés, miért a sok erőszak, a háttérbe szorítás? Miféle örökölt, látott, eltanult szokása ez sok férfiaknak, amelyet még ma sem tudtak levetni?

Ha ezeket a kérdéseket megfejtjük, máris javíthatunk a gyalázatos eredményünkön.

Nyakunkban a lé

„Hát arra, ugye, számítottam, hogy bepisálok, arra is, hogy összecsinálom magam, de hogy mindez a nyakamba folyik, arra nem gondoltam volna”.

Sokan ismerik Moldova György történetét, amelyben egy mezőgazdasági pilóta felvitte az idős parasztembert a gépén egy repülésre és trükkök sorával gondoskodott róla, nehogy elfelejtse az öreg a kalandot.

Jó ideje így érzem én is magam, amikor csak úgy kapkodom a fejem a változásokon, a múltba révedésen, a megmagyarázhatatlan jogszabályok láttán. Három évvel ezelőtt viccnek hittem a vármegyék és a főispáni, ispáni tisztségek visszaállításáról szóló híreket. De kiderült, miután jó nagyot hátráltunk, megtörtént, ami eleinte csak tréfának tűnt és nyakunkba, szemünkbe csorogtak, ha nem is félelmünk testnedvei, csak a kormányzást helyettesítő pótcselekvések.

Nincs ez másként más ügyekkel sem. Alaptörvénybe vesznek olyanokat, amelyeket a törvények mindig is szabályoztak. Például, hogy alkotmányos jog a készpénz használata. Hát mi más lenne? Persze az már nem az, hogy mindenki annyit ér, amennyije van. Jaj, bocsánat, nem is erre gondoltam, ezt ugyanis egy fontos és igencsak tehetős vezető mondta. Sokkal inkább annak a jognak a szükségességére, hogy mindenkinek annyit kellene keresnie, amennyiből még az uniós rekorder inflációval sújtott, bicebóca gazdaságú országban is meg lehet élni.

Aztán, mint a parasztembernek a nyakába csorgó testnedvei, újabb meglepetés, hogy még a legkisebb faluba is ATM-et, pénzkiadó automatát akar a kormányzat. Igaz, hogy a legtöbb helyen már nincs posta, bankról ne is beszéljünk. Ahogy a lakosság internethasználatáról sem, hogy legalább az internetbanki felületén tudna a parányi fizetéséből, nyugdíjából átutalni valamennyit a bankkártyájára, hogy azzal meg az ATM-ből felvehessen készpénzt, amellyel alapjoga marad fizetni. Ott is, ahol talán még bolt sincs, csak kocsma. Szerencsére az éppen állami támogatásért pályázhat, ha akar.

Az is bámulatra méltó, hogy valamilyen érthetetlen módon nyoma veszett félezer milliárd forintunknak a pénzünkért felelős nemzeti bankunk közalapítványaiból. Nehéz a milliók ezerszeresét, a milliárdokat értelmezni annak, akinek kéthavi jövedelme sem közelíti meg a statisztikai hivatal által mintegy félmilliósra mért nettó fizetést. Azt is nehéz hova tenni, hogy az anyák mind nagyobb számban válnak életük végéig adómentessé. Vajon ki fog helyettük adót fizetni?

Naponta sorjáznak a betiltások, kitiltások, a piaci folyamatokba beavatkozások, a sűrűsödő bajokért másokra mutogatások. A meglepetések sora végtelen. Miközben a szabadságunk minden nappal egyre szűkebb résen kandikál ki a prés alól, kormányunk rendre biztosít számunkra valamilyen élményt és tesz róla, hogy azokat a történetbeli parasztemberhez hasonlóan mi se felejtsük el.

Kényszerböjt

Szeretem a zöldségeket, gyümölcsöket, különösen a tésztákat és ha el is élnék ezeken, vágyom időnként egy finom pörköltre, sült húsra és az egészségtelennek kikiáltott rántott húsokat is nagyon kedvelem. Ugyanakkor azt vettem észre, hogy felvágottakon kívül olykor napokig nem eszem húst. Különösen amióta nagyjából megfizethetetlenné nőttek az éttermi árak – pedig nagyjából tizenkét éves koromtól vendéglőkben ebédeltem –, és emiatt elkezdtem magamra főzni.

Az ember sokféle növényi és állati eredetű alapanyag elfogyasztására képes és van is igénye ezekre, mégpedig igen szélsőséges távlatok között. Egy délkelet-ázsiai, vagy afrikai ember számtalan olyan állatot, rovart, növényt hajlandó, sőt szeret megenni, amelyeket egy nyugati a szájába nem venne. Ahogy a jeges vidékeken élő eszkimók – inuitok – étrendje is kicsapná a legtöbb európai embernél a biztosítékot.

Aztán vannak, akik imádják a húst, és vannak, akik ilyen-olyan megfontolásból csak növényalapú ételeket hajlandóak enni. És élnek közöttünk sokan, akik ugyan ennének húst akár naponta is, de örülnek, ha télen valamennyire fűteni, világítani tudnak, kifizetni a közköltségeiket, megvenni a gyógyszereiket. Így aztán esznek, amire még telik és az ritkán húsféleség.

Mint az egy uniós felmérésből kiderül, az alacsony jövedelmű háztartások közül különösen nagy arányban vannak olyanok, ahol kétnaponta sem kerül hús-, vagy halétel az asztalra. Az Eurostat, az Európai Bizottság egyik főigazgatósága folyamatosan elemzi az európai országok lakosságának anyagi helyzetét. Figyelik azt, hogy az egyes háztartások be tudják-e fizetni a számláikat, fel vannak-e készülve kisebb-nagyobb váratlan kiadásokra, képesek-e pótolni az elhasználódott ruhadarabjaikat. Azt is mérik, hogy a háztartások hány százaléka engedheti meg magának, hogy kétnaponta húst vagy halat, de legalább ezekkel megegyező tápértékű vegetáriánus ételt egyenek. Míg az EU-átlaga 9,5 százalék, nálunk a lakosság 14,7 százaléka nem teheti ezt meg.

A medián bér 60 százaléka alatti jövedelemmel rendelkező magyar háztartások csaknem 45 százaléka nem engedhet meg magának megfelelő étkezést, ezzel nálunk a negyedik legrosszabb a helyzet az Európai Unióban. Csak a románok, bolgárok és szlovákok előznek meg bennünket a rosszban.

Magyarországon a friss adatok szerint minden ötödik egyedül élő idős ember ilyen helyzetben van. És akkor még szót sem ejtettünk a gyermekeket nevelő, kis jövedelmű családokról, a nyugellátásból élők infláció miatti rohamos elszegényedéséről, a megállíthatatlan pénzromlást csak lemaradva követő fizetésekről.

A rendszerváltás előtti Magyarországon senki sem éhezett, a hús megfizethető volt, a legtöbben naponta is ehettek húsételt. Az adatok szerint mára mindez sokaknak megfizethetetlen luxussá vált.

Fontostól a szemetesig

„Sohase szeretnék olyan klubhoz tartozni, amelyik elfogadna engem tagnak."

Ezt Woody Allennel, a népszerű színésszel és rendezővel ellentétben, akitől származik e mondat és aki bátran megengedhetett magának ilyen kinyilatkoztatásokat, sohasem jelenteném ki magamról.

Időről időre erőt vesz rajtam az évtizedek alatt felhalmozódott és egykor hallatlanul fontosnak tartott, de idejétmúlt dokumentumaim megsemmisítésének szándéka. Ez általában egy semmire sem jó esős, hideg napon tör rám, amikor a lakásba szorulok. Legutóbb egy ilyen napon az Autóklub újságját olvasgattam és szembesülhettem azzal, hogy a klub idén ünnepli fennállásának 125. évfordulóját. És miután ebből – bár sok vizet nem zavartam –, örökös tagjukként pár hónap híján már fél évszázadot velük töltöttem, olyan kifejezések jutottak eszembe mint a klubhűség, vagy a valahova tartozás vágya.

Nem sokkal később azon kaptam magam, hogy a már említett iratok tengerében az egyes klubokhoz és egyesületekhez tartozásom bizonyítékait keresgéltem. Néhány igazolványt semmiképpen sem soroltam ide, köztük például a katonakönyvemet, az a tagság ugyanis úgy kellett nekem, mint púp a hátam közepére. Sokkal becsesebbnek éreztem a négy sportág klubjaiban kapott tagságikat. De tagja voltam a Kőbányai Ifjúsági Klubnak, ahova az akkoriban igen népszerű Syrius együttes jóvoltából jártam és igen

régóta tartozom a Magyar Újságírók Országos Szövetségéhez is. Már nem emlékszem, hogyan kerültem oda és mit kerestem ott, de még egy ex libris gyűjtők klubjába is befogadtak. Az ex libris egy sokszorosított grafika, amelyet a könyv borítójának belső oldalára ragasztottak egykor, hogy az a könyv valakihez tartozását igazolja.

Fogalmam sincs, hogy egy átlagos hosszúságú életet élő embernek úgy nagy általánosságban hány klubhoz, egyesülethez tartozásáról lehet dokumentuma, bár ez nem is annyira lényeges, mint a valahova tartozás igénye. A mai zavaros világban nálunk a politikai hovatartozás a legmeghatározóbb. Habár, mint tapasztaljuk, az gyorsan változhat. Mert akikben ma meggyőződéssel hiszünk, azokban másnapra csalódhatunk és kereshetünk magunknak új közösséget.

Régi kifejezés a klubhűség, amelynek valljuk meg, manapság semmi értelme sincs. Ez az alapvetően a sporthoz kötődő kifejezés akkoriban született, amikor egy sportember – de lehetett az egy gyári dolgozó is – ott fejezte be pályafutását, ahol elkezdte. Ma ez alig lehetséges, mert minden folyamatosan változik és mindent a pénz határoz meg. Ezért ideig óráig ahhoz vagyunk hűségesek, aki, vagy ami jobb, könnyebb, jobban fizető, látszatra mindenképpen értékesebb életet kínál nekünk.

Selejtezésemnek ezúttal is csak néhány papírlap esett áldozatul. Majd – remélem sokára – a fiam, vagy az unokám fogja a dokumentumait odatenni, ahova kell.

A kukába.

Valósággá lett képzelet

Úgy tippelem, hogy az első néhány millió ember közé tartozom, akik kipróbálták a mesterséges intelligenciát. Eleinte csak a kíváncsiság hajtott és valamelyest csalódtam is, amikor például a tudós alkalmazás a nevem beírását követően 19. századbeli íróként azonosított és néhány regényt is nekem tulajdonított.

Azóta megbarátkoztam a gyorsan okosodó és sokasodó MI-vel (vagy angol nyelvterületen: AI-jal) és rendszeres használójuk lettem. Egyelőre leginkább képeket generáltatok velük, de kértem már betegségre gyógymódot, sőt ételreceptet is, és el kell ismernem, mind kiterjedtebb, pontosabb tudással rendelkeznek a mesterséges intelligenciák. Informatikus fiamnak javasoltam is, hogy legyen egy B terve arra az esetre, ha belátható időn belül elveszi a munkáját az MI.

A minap Bill Gates, a Microsoft alapítója nyilatkozott úgy, hogy a mesterséges intelligencia forradalma alapjaiban alakítja át a világ gazdaságát, és mindössze három szakterületet tudott említeni, amelyek esetében szerinte a gépek nem tudják átvenni az emberek helyét. Valószínűleg a hivatása is mondatta vele, hogy bár a gépek képesek lesznek programokat írni, de közel sem tökéleteseket, vagyis ott szükség lesz az emberi tudásra. Ahogy szerinte az energiaszektor egyes területein is kellenek majd még az emberek, úgy a biológusokra is szükség lesz.

Hogyan is kételkedhetnénk egy ekkora szaktekintély előrejelzésében, hiszen, ha valaki, hát ő biztosan ezerszeresen többet tud a digitális világról, mint az egyszerű felhasználók tömege. Mégis számomra csalódás a véleménye, én ugyanis arra gondoltam, hogy egy kőműves, asztalos, szakács, óvónő gondos ápoló, vagy orvos helyét sohasem veheti majd át teljesen egy mesterséges intelligencia. Bár nyilvánvaló, hogy miközben már 3D-ben házakat is lehet nyomtatni és az MI vezérelte gépsorok bármit képesek gyártani, vagy a robotok segítette sebészi munkában egy idő után már talán az orvos lesz a kisegítő a gép mellett, mégis számtalan olyan szakma létezik, amelyben az emberi kézügyesség, felhalmozott szaktudás és kreatív gondolkodás elengedhetetlen marad.

Annak ellenére, hogy rendszeres használója vagyok az MI-nek, elrettent az a világ, amely egyre markánsabban körvonalazódik. Szinte észre sem vesszük és már kikerülhetetlenül használói vagyunk e technológiának. Az idősebbeknek talán nem kell aggódniuk, hogy hogyan fognak emellett élni, de gyerekeink, unokáink már egy, a nem is oly rég még a fantasztikumok körébe tartozó, de valósággá váló világban kényszerülnek majd létezni, boldogulni. Nyilván akkor is lesz élet a Földön, ha mindent az MI (AI) irányít majd, de mint látjuk, ma még egy Bill Gates-i elme is csak találgat minderről.

Azt hisszük, hogy még van időnk addig, pedig a mesterséges intelligencia már a ma valósága.

Porszemek a szélben

„Meggyőződésem, hogy nem normális állapot, ha valaki egy egész nemzetet akar egymaga irányítani”.

Sok évvel ezelőtt interjút készíthettem a Jászai Mari-díjas színésszel, Kézdy György érdemes művésszel. A lakásán találkoztunk és feltett szándékom szerint pályafutásáról akartam kérdezni, de mint oly gyakran mifelénk a társalgás igen rövid úton átcsapott napi politizálásba.

Gyakran jut eszembe a művész nagyon is megalapozott véleménye. Naponta tapasztalhatunk olyan, az egyszemélyi döntések okozta törvényi változásokat, láthatunk, olvashatunk a hírekben egyéni és kisebb-nagyobb közösségek tragédiáját kiváltó fordulatokról, amelyek okait nehéz elfogadni, megmagyarázni.

Pár hónapja például a legerősebb hadsereggel és nagyon erős gazdasággal rendelkező, többé-kevésbé demokráciaként működő Egyesült Államok élére választottak egy önmagát imádó, mindenki fölött állónak, mindent tudónak és tévedhetetlennek képzelő embert, aki ez idő alatt elszabadult hajóágyúként lőtt arra, amerre éppen fordult. Még az élő fába is belekötött, vámháborút indított és vélhetően feltett vágya, hogy az egész világgazdaságot a maga szája íze szerint alakítsa át. Az, hogy az amerikai gazdaság, a döntései miatt munkanélkülivé válók tömege, vagy a pénzüket vesztő üzletemberek éppúgy megsínylik mindezt, mint a nagyvilág számtalan más országának lakosai, az e jelesnek aligha tekinthető egyszemélyi vezetőnek mit sem számít.

Ugyancsak egyszemélyi vezetője – diktátora – van annak a keleti nagyhatalomnak is, amelyik negyedik éve vív értelmetlen háborút szomszédja ellen. A fentebb említett másik zsarnokhoz hasonlóan nem számít számára százezrek élete, halála, pénze, vagy jövője, mert ő amerikai

társához hasonlóan nemzeti hősként akar bekerülni a történelemkönyvekbe.

Hozzánk jóval közelebb is tudunk olyan egyszemélyi vezetőről, akinek engedélye nélkül aligha történhet bármi is. Ő szövetségesei ellen vív Don Quijote-i harcot és barátkozik a hozzá hasonló önkényurakkal. Az sem nagy ár számára, hogy országa eközben élenjáróból közössége sereghajtójává züllött és lakosai euró ezermilliárdoktól esnek el miatta, amelyektől pedig jobb lenne az életük. Ő az, aki függetlenségről szónokol, de politikailag egyik, gazdaságilag egy másik keleti nagyhatalomnak nyújtja át országát.

Az egyszemélyi vezetők számára, bár népről és nemzetről papolnak, kizárólag a hatalmuk, dicsőségük és saját, valamint családjuk gazdagodása a fontos. Közös jellemzőjük, hogy miközben vakon hisznek maguk hibátlanságában, gyűlöletkeltők, megosztók, másokat hibáztatók.

Gazdasági elemzők szerint meglehet, hogy az amerikai elnök világgazdaság-ellenes döntései után sok idő kell majd, míg kiheveri ámokfutását a világ. S bár ő és zsarnok társai megkeseríthetik, tönkretehetik a velük egy időben élők életét, mégsem többek ők, mint porszemek a szélben.

Helyünk a villamoson

Az ember sokszor onnan kap kijózanító pofont, ahonnan egyáltalán nem várja. S bár éppenséggel húsvét hétfőn történt velem a kijózanodás, az cseppet sem a locsolkodás okán elfogyasztott alkoholos italok után volt, amiatt ugyanis sohasem kellett fülesekre számítanom.

Történt, hogy párommal családi látogatásra villamosoztunk a fővárosban a legendás négyes-hatoson. Metrón, villamoson, buszon nemigen szoktam leülni, hadd üljenek a fáradt, fájós lábú emberek. Az már más kérdés, hogy rendre azt tapasztalom, ezek a fáradt emberek a középiskolás-korú diákok, fiatal felnőttek soraiból kerülnek ki. De hát végül is miért ne lehetnének éppenséggel ők is fáradtak?

Szokásomhoz híven ezúttal is megálltam, történetesen véletlenül egy csinos, a húszas évei vége felé araszoló nő előtt. Nem volt célzatos a hely kiválasztása, éppen indult a jármű és hogy el ne essek, ott kapaszkodtam meg, ahol éppen voltam. A fiatal nő rám nézett, majd mosolyogva állt fel, hogy üljek le a helyére. Köszönve szívességét nagy nehezen rábeszéltem, hogy csak üljön vissza bátran. Visszafelé is így történt ezúttal egy fiatal

férfi ugrott fel és kínálta nekem a helyét.

Nyilvánvalóan az ember tudatában egészen más kép él önmagáról, mint amit a világ lát. Miután hetente kétszer evezős gépen edzek és télen-nyáron legalább hetente további két, vagy három alkalommal pár órát teniszezem, hogy a köztes időben emelgetett kézi súlyzókról már ne is beszéljek, úgy gondoltam, más is legalább olyan jó karban lévőnek lát engem, mint amilyen fittnek én érzem magam.

A minap egy önkormányzati újság friss száma került a kezembe és miután a propagandacélúakat leszámítva többnyire minden lap csábít, azokat legalábbis végiglapozom, hogy aztán az engem érdeklő cikkeket el is olvassam. Egy érdekes írásra lettem figyelmes, már a címe is, „Idősödj okosan", kíváncsivá tett. A legtöbbünket, akik eljutunk egy bizonyos korba, legtöbbször olyan apróságok foglalkoztatnak, hogy mi és hol fáj, vagy, hogy az infláció hathatós segítségével szépen olvadó nyugdíjunk milyen lemondásokkal lesz elegendő a következő hónapig. Pedig közel sem mindegy, hogy hogyan öregszünk. Nagy meglepetés nem ért, az említett cikk a demencia elkerülésről szól és az aktív, sok mozgással, szellemi kihívásokkal teli életet, társas kapcsolatokat, elegendő alvást javasolja az okos öregedés szereként.

Tény, hogy nagyon sok embernek lenne szüksége arra, hogy a 65 és 74 év közé tett idős-, valamint 75 év felett az öregkort – száz évvel ezelőtt a 65 év felettieket már aggkorúaknak mondták – hasznosan, értékesen, másokra rótt terhek nélkül töltse el. Nem könnyű megfelelni ennek.

Kérdés persze, hogy aki korábban két végén égette élete gyertyáját és egyáltalán nem élt bölcsen, képes lehet-e okosan öregedni?

Bizonyára, hiszen megváltozni sohasem késő.

Elhalasztott világvége

Az emberiség kollektív rettegésének okai között rendre felbukkan a közelgő világvégétől való félelem is. Egy jól kivitelezett világvége esetében nem

kell feltétlenül távoli kegyetlen civilizációk földpusztító vágyait keresnünk, megteszünk mi magunk is mindent, hogy csoportos gyilkosságot, egyúttal öngyilkosságot kövessünk el. Elég csak a most is folyó háborúkra, a felhalmozott, több bolygó elpusztítására is alkalmas nukleáris fegyverekre, a mind furfangosabb gyilkolóeszközök elképesztő tömegére gondolnunk és máris látjuk, nem kell ide távoli világból érkező gonosz. De még csak azt sem kell megvárnunk, hogy planétánknak legyen elege belőlünk és úgy rázza meg magát, mint például tette nemrég Mianmarban.

A jóslások és előrejelzések szerint már jó sok világvégének kellett volna bekövetkeznie. Ne aggódjunk, vélhetően az is elérkezik majd. Nem új keletű a világvégejóslás divatja, mert már az aztékok is megjósolták annak bekövetkeztét. Igaz, nekik nagyjából be is jött. De volt és van ilyen érvényes jóslat szinte valamennyi vallásban, kaptunk hasonlókat történelmi személyiségektől is. Kiváló világvége időpont volt eddig az időszámításunk szerinti két évezredváltás is és rendre feltűntek csalhatatlan világvége dátumaikkal az egyes korok önjelölt és valódi tudósai is. Aztán volt olyan is, amikor éppen egyetlen ember sem várta, hogy a közeli napokban annyi lesz a Föld nevű bolygónak. Végül nem is lett, de az valójában csak hajszálon múlt.

1883-ban ugyanis mindössze pár száz kilométer választott el bennünket egy igazán pompás világvégétől. Annak az évnek augusztusában José Bonilla mexikói csillagász a Napot tanulmányozva észrevette, hogy üstökösökre jellemző, ködös csóvát maguk után húzó, különböző méretű objektumok vonultak át a Nap előtt, amelyeket az akkori technikával le is fotózott. Bár három évvel később felfedezését egy szakmai újság is közölte, kortársait nemigen foglalkoztatta a felfedezése.

2011-ben mexikói kutatók újra megvizsgálták a korabeli felvételeket és megállapították, hogy egy 50 és 800 méter átmérőjű részekre szétszakadt üstökös darabjait látta meg néhai kollégájuk. Azt is kiszámolták, hogy a nagyjából háromezer kisebb-nagyobb darabból a legközelebbiek alig 600 kilométerre húztak el a Föld mellett. Elég lett volna néhány közepes darab is közülük, amely, ha csak egy parányit is idébb jön, most a rovarok uralnák a Földet helyettünk.

Ideje, hogy a folyvást durvuló közélet, a mindent uraló akarnokok térhódítása, a magukat kivételes vezetőknek, hadvezéreknek látó és láttató zsarnokok háborúvágya közepette is megértsük: elég nekünk pár, az űrben

eltévedt kődarab és teljességgel értelmetlenné lesz az emberiség eddigi összes gonoszkodása.

Énekszó és tánc köszöntse…

Egykor május elsején az állami tévé Felvonulók kérték címen interjúkkal színesített közvetítést adott a felvonulásról, amelyben a riporterek „véletlen” módon kiválasztottakat szólítottak meg és faggatták őket, hogy mit is ünnepelnek a derék állampolgárok. S ha a soros kiszemelt szépen válaszolt, kérhetett is egy nótát, pop-, vagy rockzenekari számot, ha kifinomultabb ízlésű volt, hát egy verset, vagy színdarabrészletet.

Május elsején egy rádióműsort hallgatva jutott eszembe a nagy kérdés, hogy vajon manapság mit is ünnepelünk e munkaszüneti napon? Könnyű rávágni, hát a munkát! Ez a nap eredetileg a munkások ünnepe volt. A mai ünnep története 1817-ig nyúlik vissza, de akkortól még nagyon sok víznek kellett lefolynia a világ nagy folyóin, míg az 1886. május 1-jén kezdődött többnapos és véres összetűzésekbe torkolló chicagói munkás szakszervezetek sztrájkja után, többek között arra is emlékezve 1890. május 1-jén a szakszervezetek és más munkásszerveződések a nyolcórás munkaidő bevezetéséért és a nemzetközi szolidaritás jegyében tömegeket megmozdító felvonulást szervezzenek.

Ha csak a mai hazai helyzetet nézzük, aligha beszélhetünk munkásosztályról, s bár munka egyelőre van, akik jól akarnak keresni, jó a szakmájuk, ráadásul a hazainál sokszor jobb munkakörülményekre vágynak, már mind többen a határainkon túl keresik a boldogulásukat. Hiányukat Fülöp-szigeteki, vietnámi, mongol, kirgiz, ukrán és még számtalan más náció tagjai pótolják. Ők aztán mindennek nevezhetők, csak szervezett munkásosztálynak nem.

Fogalmam sincs, hogy a mai felvonulók, ha lenne még ilyen, mielőtt valamelyik tévécsatornának nyilatkozva jutalomműsorszámot kérnének, mit mondanának a május 1-jéről, hogy az adott napon ők éppen mit ünnepelnek. Választék persze lehetne, mondjuk, hogy nem kellett dolgozni menni, vagy a gyerek születésnapja van, esetleg közeleg az asszonyé, akik egy új játék, vagy ékszer helyett egy teljes napi munkabér árát kitevő virslit kapnak kissé szikkadt kenyérrel, mustárral, meg egy kis üdítővel, sörrel valamelyik majálison. De lehetne egy olyan válasz is, hogy a bátor nyilatkozó éppenséggel hazánk 2004. május 1-jével hatályos uniós tagságát ünnepli. Igaz, ez ma kormányzatilag és állampártilag aligha méltányolható válasz lenne, nem is hallottam sokaktól, hogy 2025-ben nyilvános ezt merték volna ünnepelni. Pedig a legutóbbi felmérés szerint az állandó és erőteljes agymosás ellenére is a magyarok többsége még mindig barátsággal tekint az unióra. Súlyos kritika ez a mindezt figyelmen kívül hagyó egyszemélyi vezetőnek és az őt elvtelenül, vagyis többnyire egyéni érdekből kiszolgálóknak. Szóval itt az ideje, hogy feltegyük magunknak a kérdést, mit jelentett nekünk az idei május 1-je? Nekem például egy fárasztó, de élvezetes teniszmeccset a barátaimmal.

És önnek?

Kétszer három

Nemrégiben egy társaságban szó esett a matematikáról, amelynek nyomán többünkben komoly emlékek szakadtak fel. Barátaimnak elmeséltem matekos kalandomat, azt, amikor elsős gimnazistaként csak egy alkunak köszönhettem, hogy nem buktam meg.

Hatodikosként kezdtem úszni. Reggel hatkor sípszóra kellett csobbannunk a Sportuszoda vizében, hogy aztán ötven perc edzés után tíz percig áztathassuk magukat a meleg vizes kismedencében, a brűgölőben.

Magamra kapkodtam a ruháimat és rohantam az iskolába, ahova

nagyjából becsengetésre be is estem. Leültem a helyemre és nyomban elaludtam. Ahhoz ugyanis, hogy reggelente a sípszó a medencében találjon, hajnalban kellett kelnem és át kellett utaznom fél Budapestet.

Igazából az órarend tehet mindenről. A heti valahány matekóra ugyanis mindig az első óra volt, éppen, amikor engem az edzés után rendre elnyomott a buzgóság. Jó szándékú, sportszerető tanárom felajánlotta, ha átmegyek egy másik iskolába, nem buktat meg. Részemről állt az üzlet, amelynek következményeként nem csak új iskolába kezdtem járni, de úszás helyett evezős lettem, akiknél délután voltak az edzések. Ilyen egyszerű az élet.

Bár meglehetősen jó vagyok fejszámolásban, a négy alapművelethez, százalékszámításhoz sokszor számológép sem kell, de ha már egy kétismeretlenes egyenlettel futok össze, megáll a tudományom. Egyik korábbi, bennem mély nyomot hagyó matematika tanárunk utáltatta meg sokunkkal egy életre e jeles tudományt.

Vajon a mostanában születő gyerekeknek, a digitális, mesterséges intelligenciás világban mennyire kell majd, hogy értsék a matematikát, algebrát? És amikor pár év múlva majd odajutnak, lesz-e még értelme matekot tanulniuk, vagy elég lesz, ha megfelelően tudják kezelni a számítógépeket, okos kütyüket? Komoly kérdések ezek.

Negyvenkét amerikai államban döntöttek évekkel ezelőtt úgy, ahogy az uniótag Finnországban is, hogy már inkább a tízujjas gépelést tanítják a szabad kézzel írás helyett. Bár már idehaza is terjed a digitális aláírás, azért nem árt, ha az ember legalább a saját nevét le tudja írni, vagy ifjan szerelmének szép sorokat papírra vetni és nem csak okostelefonjába pötyögve küldeni mindazt. De, ahogy a kézírás szükségessége mind több helyen kérdésessé válik, meglehet, talán úgy lesz a matematikatanítással is.

Bevallom, utáltam a matematikát, a kézírásom pedig meglehetősen sajátságos volt diákként is, ami a gépeken írás miatt mára csak rondább lett. De mégis nagyon tiltakoznék e kettő tanításának elhagyása miatt. Mert mi lesz, ha jön egy brutális, napkitörés, mágneses vihar és törlődik minden digitális tartalom a Földön és nem működik majd többé egyetlen számítógép sem? Akkor kezdheti majd ismét kitalálni az emberiség, hogy mennyi kétszer három és hogy hogyan kell leírni, kik vagyunk, hova tartunk.

Nem túl csábító jövő.

Csak éhen ne maradjunk!

- Nézd – morogta bosszúsan feleségének egy idősebb úr – alig férünk be, pedig csak egy napig voltak zárva.

A csütörtöki május 1-jei munkaszüneti napot követő pénteken az egyik szupermarketben még déltájban is elképesztő számú ember zsúfolódott össze és bevásárlókocsijaikkal, mint a vidámparki dodzsemekkel, folyvást egymásba ütköztek. Csak egy szikra kellett volna, hogy valami komolyabb csetepaté is kirobbanjon, de ez szerencsére elmaradt.

Édesanyám, aki a trianoni békediktátum országcsonkító döntése után két nappal született és így a gyászos eseményekhez semmi köze sem volt, a zaklatott huszadik században sok kortársához hasonlóan diktatúrák, nélkülözések, életveszélyes időszakok sorát élte meg és komoly tapasztalatot szerzett a túlélés terén. Ő tanított rá, hogy cukor, só, zsír és liszt mindig legyen otthon. Így aztán halála után, amikor szomorú kötelességem volt tárgyainak felszámolása, gondosan becsomagolva vagy húsz kiló cukrot találtam a lakásán, eltéve a rossz időkre.

A hiánygazdálkodás évtizedei alatt, vagy a fejét többször is felütő, majd magát életerősen tartó infláció, a koronavírus-járvány, a szomszédságunkban zajló háborúk miatt már az én korosztályom életében is mind többször fordult elő élelmiszer-pánikvásárlás. Így nem csoda, ha az egymást követő generációk tagjaiba genetikusan is beépült a pánikvásárlás hajlama. Ez manapság nagyjából azt jelenti, hogy venni kell, ha valaminek időszakosan akár csak pár forinttal is kisebb lesz az ára, vagy félő, hogy újabb drasztikus áremelés jön, esetleg hónapokig tartó országos hiány lép fel, mint mostanában több gyógyszernél is tapasztalható. De az sem csökkentette a pánikvásárlási hajlandóságunkat, amikor olvastuk, hogy Spanyolország, Portugália egyik pillanatról a másikra teljesen áram nélkül maradt, annak minden kárával, kínos, kellemetlen és veszélyes hozadékával.

Addig, amíg csak egy-egy háziasszonyt kap el a páni félelem, hogy kifogy valamiből és ezért, ha teheti, túlvásárolja magát, még nem oly nagy a

baj, mint volt, amikor a pandémiát követően az üzemanyagok vásárlását korlátozta a hatalom, vagy amikor félnünk kellett, hogy olaj, cukor vagy vécépapír nélkül maradunk. Még élénken emlékszünk az üres bolti polcok pár évvel ezelőtti látványára.

A szakirodalom szerint a pánikszerű vásárlás észszerűtlen viselkedés, amelynek oka a mindenkiben szunnyadó létfenntartási ösztön. Napjaink vásárlójában az üres polcok látványa pánikreakciót vált ki, de működik a csordaszellem is, amikor mások tetteit látva döntünk arról, hogy mi a helyes számunkra.

Mindennek ellenszere a kiszámíthatóan és jól működő gazdaság, a szilárd törvények, a megélhetésre alkalmas bérek, a bőséges termékkínálat és a stabil árak.

Amíg ezek közül több is hiányzik, rendre erőt vehet rajtunk a félelem.

Hálóban

Pár nappal ezelőttig digitálisan nagyjából biztonságban éreztem magam. Aztán rá kellett jönnöm, hogy az óvatosság mellett is mily könnyű bárkit rászedni. Mert hogy engem majdnem sikerült.

Történt, hogy egy jó állapotú, de feleslegessé vált kerékpárt ajánlottam megvételre az egyik közösségi portálon. Az ára mindössze pár doboz tojás árának felelt meg, de tapasztalatból tudtam, hogy a végén örülhetek, ha valaki elviszi és nem nekem kell fizetnem érte. Volt is pár érdeklődő, mígnem a saját állítása szerint egy tőlem távoli településen élő asszony elfogadta az árat és vállalta, hogy átutalja a pár forintot, továbbá megrendeli a Magyar Posta (MPL) szolgáltatását is és másnap már el is szállítják a bringát.

Egy szó, mint száz, hamarosan kaptam is egy értesítést – látszatra – a postától, hogy adjam meg az adataimat és még aznap este egyeztetnek velem egy másnapi szállítási időpontot. Kértek pár adatot, amellyel

azonosíthatnak. Amikor elkezdtem az adatokat megadni, a harmadiknál gyanút fogtam. Hívtam a bankomat és kiderült, már volt is egy próbálkozás a számlámra belépéssel. Nem ragozom, beleegyezésemmel azonnal törölték az online hozzáféréseimet és érvénytelenítették a bankkártyámat. Másnap aztán új szerződést kellett kötnöm és új kártyát igényelnem. Mint kiderült, egy igen felkészült és rafinált adathalásszal sodort össze az élet. Azzal, hogy időben gyanakodni kezdtem károm mindössze a bankkártya gyorsított elkészítésének pár ezer forintos költsége lett, de a viszonylagos biztonságomba vetett hitem végleg odaveszett.

Eddig nem egészen értettem barátaim félelmét a digitális világ – digitális állampolgárság, ügyfélkapu, online, vagy mobilbank, online vásárlás és társaik – szolgáltatásaival szemben, de az esetem számomra is kijózanító pofon volt. Ennek ellenére, hacsak nem akarok csalni, adót elkerülni, bevételt eltitkolni és ezért alapvető számomra a készpénz, ahogy manapság néhány fontos és gazdag ember esetében oly nyilvánvaló, továbbra is hiszem, hogy a jövőt semmiképpen sem a papír- és fémpénzek jelentik.

Miután megégettem magam, vélhetően a jövőben a hasonló esetekben még gyanakvóbb leszek és arra biztatok mindenkit, hogy akármilyen csábító is egy ajánlat, egy lehetőség és bármilyen kedves is az alkalmi üzleti partner, azt se higgye el, amit lát. Körülnézve ugyanis azt tapasztalhatjuk, hogy a hírek nagy része álhír, a pompás kereskedelmi ajánlatok zöme lehúzás vagy átverés, a videók deep fake-ek, vagyis hamisak.

A bizalmatlanság, ami csúnya dolog, napjainkban akár életünket, egészségünket, de leginkább a pénzünket mentheti, szóval csak gyanakodjunk bátran.

Bagarja

Az elmúlt hetek történései nyomán egyre több ismerősöm, barátom kérdezi nem kevés riadalommal a hangjában, hogy szerintem a kormány háborúba akarja vinni az országot? Nos, nemigen hiszem, talán csak önös érdekek mentén játszadoznak a tűzzel, ráadásul azért sem, mert a hazánkat védeni szándékozó katonák iránti minden tiszteletem ellenére mondom, hogy kevés lenne a hazai haderő egy háborúban edzett és állig felfegyverzett ország ellen. Jelenleg ugyanis némelyek számára a kijelölt fő ellenség Ukrajna.

Tény, hogy bőszen fegyverkezik a világ és rendre újabb halálos csetepaték, fegyveres villongások ütik fel a fejüket a földkerekség sok táján. Negyedik éve tart a már említett Ukrajna elleni orosz erőszak, amelyben mindinkább elkötelezi magát az agresszor oldalán a magyar vezetés is, aztán ott van az izraeli-palesztin háború, India és Pakisztán hirtelen kirobbant konfliktusa és még hosszasan lehetne sorolni a békétleneket.

A háború az emberiség természetes állapota – olvasható az interneten egy egyetemi előadás szövegében. Igaz lehet, hiszen nehezen vitatható, hogy az emberiség története úgyszólván azonos a háborúk történetével.

A magyar békevágyók háborús félelmét tulajdonképpen a honvédelmi miniszter egy 2023-as beszédének kiszivárogtatott felvétele okozta, amelyen a katonának öltözött derék vezér vélhetően a kormány nevében arról beszél, hogy szakítanak a békementalitással, és át kell állni a háborúhoz vezető út nulladik fázisára. Jelentsen is ez bármit is. Arra mindenképpen jó volt e mondat, hogy a háborúk rémétől rettegő, maguk, gyerekeik, unokáik életéért aggódó százezrekben nagyon is erős félelmet gerjesszen. Ha ez volt a cél, akkor kigondolói közel járnak a sikerhez.

Az emberi viselkedés elemzői közül sokan hiszik, hogy a focimeccseken a klubokhoz kötődő kemény mag tagjainak gyakran véres verekedésig fajuló összecsapásai tulajdonképpen a háborús helyzetek leképezései. Mert, ha oly buták a nemzetek vezetői, hogy békét akarnak, mint Petőfi vígeposzában A helység kalapácsa című remekműben Bagarja csizmakészítő, a béke barátja, akkor nem tehet mást a derék szurkoló, mint háborús vágyát levezeti ott, ahol tudja. De ilyenek, vagyis háborús vágylevezetők az egyes harcias videójátékok, vagy az iskola pókfoci is.

Vannak, akik úgy vélik, hogy a következő országgyűlési választások elhalasztása érdekében kezdett mind keményebb ellenségeskedésbe a magyar kormány az ukránokkal, akiknek jelenleg pont mi hiányoztunk. Mert ugyebár, ha csak egy kis parányi fegyveres villongás, erőfitogtatás is

történne, már nem lehetne választást tartani. Cicero mondta, hogy háborúban hallgatnak a múzsák. Meg – tegyük hozzá – kényszerből a szavazók is.

Pedig én mindenképpen a béke barátjára akarok szavazni. Akár Bagarjára is.

Élni annyiból

Ahogy elnézem a közkedvelt közösségi portálon közzétett írásaim látogatottsági adatait, azok alapján olvasóim többsége a 65 és az 55 év felettiek közé tartozik. Ez utóbbi középkorúakhoz közel hasonló számban vannak 45 év feletti olvasóim is. Vagyis, amiről most szó lesz, azt ön vélhetően a saját zsebén érzi, és ha az átlagnál nem jobb módú, akkor belátható időn belül meg fogja tapasztalni.

Nemrégiben látott napvilágot a Bankmonitor összeállítása, amely szerint a nyugdíjasok közel 60 százaléka szűkösen vagy nagyon szűkösen él. A portál szerzője a KSH adatai alapján azt vizsgálta, hogy mire elég az átlagnyugdíj. Az adatokból gyorsan kiderül, hogy Magyarországon egyetlen olyan járás sincs, ahol az öregségi nyugdíj átlagösszege elég lenne egy egyszemélyes háztartás átlagos életszínvonalának biztosításához. Miután ez a megállapítás a 2024-es megélhetési adatok alapján született, a látványosan elértéktelenedő nyugdíjakat látva nem merész állítás részemről, ha feltételezem, hogy 2025-ben ennél még rosszabb lesz a helyzet.

Gondolom olvasóim többségét aligha lepi meg, hogy a nyugdíjasok közül nagyjából 1,2 milliónyian csak szűkös vagy nagyon szűkös életszínvonalon képesek időskori éveiket élni. Ha az illető nyugállományú polgártársunk férfi, szerencséje van, ugyanis a hasonló korú nők még ennél is rosszabb helyzetben vannak. Vagyis a kötelező fizetnivalók, talán még a szükséges gyógyszerek úgy-ahogy belefférnek a havi járandóságba, de utána jön a művészet, kitalálni, hogy miféle olcsó ételekkel, alig fűtött és világított

lakásban, lemondva szinte minden másról, hogyan lehet kölcsönkért pénz nélkül létezni a következő nyugdíj megérkezéséig.

A probléma leginkább abból adódik, hogy a mindenkori nagyon jól megfizetett döntéshozók részéről csak népámítás a nyugdíjak értékének megőrzéséről szónoklás. Tudjuk, hogy a lakosság jelentős hányadát kitevő idősek nyugdíjának kifizetése komoly költség az államnak, amit az idős polgárok talán még meg is értenének, ha nem látnák az adófizetői százmilliárdok ész nélküli pazarlását. A felesleges látványberuházásokat, a lerohadó egészségüggyel ellentétben viruló pénznyelő stadionokat, a magukat eltartani nem képes profi egyesületek bőkezű hazai pénzelését. Vagy az iskolák, egészségügyi intézmények épületeinek felújítása, a korszerű oktatási eszközök vásárlása, a tanárok és az egészségügyi szakdolgozók rendes megfizetése, az inflációkövető nyugdíjemelés helyett a hazai és külföldi templomépítéseket, a rokonok, barátok túlárazott beruházásait. S ki ne felejtsem az adófizetői milliárdokkal játszadozó egyesek vérlázító rongyrázásait, a határtalan gazdagodásukat se.

Minden országot minősít az, ahogy időskorú honpolgáraival bánik. Vajon hazánk milyen osztályzatot érdemel e téren?

Tréfás bankolás

- Nyúljon le a térde mellé, ott a pénz! – már majdnem kiabáltam az idős pár zavarodottan álldogáló férfi tagjával a nagy hazai bank pénzkiadó automatájánál, amely már kezdte visszahúzni az asszony éppen felvett nyugdíját.

Történt mindez azt követően, hogy a fogászati kezelésemre szükségem volt egy számomra jelentős összegre a számlámról. Annak rendje és módja szerint városom …fiókjának előterében működő automatába beütöttem a

PIN-kódot, összeget, megválaszoltam mindenre, amit csak kérdezett a gép és vártam, hogy a megszokott ablakban megjelenjen a pénz. A masina kattogott, zakatolt, de az általam ismert kiadóhely csak nem nyílt meg. Tanácstalanul álltam, amikor nagyjából a jobb térdem felől érkező újabb furcsa hangra kaptam fel a fejem. Így még éppen láthattam, amint a gép visszahúzza a részemről eddig még fel nem fedezett nyílásból a pénzemet.

Szaladtam be a fiókba, ahol a kedves ügyintéző segítségkérésemre megnyugtatott, majd visszautalják pár nap múlva, de azért az ATM képernyőjén olvasható telefonszámon jelentsem be az esetet. S hogy a kép teljes legyen, a mobilomra már jött is az információ, miszerint bankom levonta a több tízezer forintot a számlámról. Nem nyújtom hosszúra a mondandómat, a hibabejelentésre szolgáló számot hívva hosszas várakoztatás után nagyjából húsz perc alatt sikerült jegyzőkönyvet felvetetnem az amúgy segítőkész banki munkatárssal, aki ráadásul a központi felületen látta is, hogy részükről volt egy sikertelen sztornírozási kísérlet. De aztán bizonyára megnyugodtak, hogy ők mindent megtettek, én meg így jártam. Az ügyintéző szerint előreláthatólag 15 napot kell várnom, hogy döntsenek a pénzem sorsáról, pedig a képlet egyszerű, a napot nyilvánvalóan jócskán többlettel zárta az ATM.

Amíg a bankban próbáltam segítséget kapni, majd a bank előtt kétségbeesetten telefonálgattam – az idős pár pénzét ugyan közben megmentettem –, hallottam, hogy más is járt már így, sőt, vélhetően nem is kevesen. A gondot az okozza, hogy miközben még a mai digitális világban is elég lenne csak egy jól olvasható papírt a megszokott pénzkiadó ablakra ragasztani, hogy hol keresse a kiadott pénzét a derék ügyfél, az valamiért elmaradt. Arról már nem is beszélek, hogy egy automatikusan megszólaló tájékoztató hang még jobb lenne, de persze ez túlzott elvárás részemről, hiszen még csak a 21. században járunk.

Egy pár nappal későbbi újabb levelezésem a bankkal már sikerrel járt és visszautalták a levont összeget. Miután a tervek szerint az ország összes településén lesz ATM, azon az eseten elmélkedtem, amikor egy kevés lakosú település informatikában nálam jóval kevésbé jártas polgára jár majd így. Lesz mivel viccelődniük a humoristáknak.

Mostanában csak úgy kapkodom a fejem, oly sok remek meglepetést okoz a modern világunk. Van min szórakozni, nem vitás.

Ne mondd, hogy nem szóltam!

Tikkasztó júliusi nap volt, amikor korosodó Trabantunkkal megérkeztünk a magyar csehszlovák határra. Előttük már félszáznál több autó várakozott a sorára, hogy átléphesse a határt. Úti célunk az NDK volt, útba ejtve a szép szlovák és cseh városokat, településeket.

Pompás járművünk klímája csak a két letekerhető ablaka volt. Miközben csigalassúsággal fogytak előttünk a kocsik, kézi erővel toltam előre a Trabantot, nehogy a sok indítás lemerítse az akkumulátort, vagy túl sok üzemanyagot fogyasszunk. Közel két, gyomoridegességgel eltöltött órát követően engedtek tovább a határ szigorú őrei.

Ez a régmúltbeli történet azért jutott eszembe, mert hazánk oroszokhoz egyre erősebben bekötött egyszemélyi vezetője, bár tagadja, a többség uniópártisága ellenére is mind nagyobb lendülettel sodorja hazánkat a huxit, vagyis az Európai Unióból kilépés felé. Pedig az, hogy nem kell pánikolni a határon és akadály nélkül mehetünk át egyik uniós országból a másikba csak egy vívmánya az uniós létnek.

Ahogy belépésünkkor oly sokszor elmondták, akár cukrászdát is nyithatnánk Bécsben, s ha ez nem is túl gyakori esemény, a szabad munkavállalás és költözés joga, a termékek vám nélküli áramlása, a más tagországokban is igénybe vehető egészségügyi ellátások, az élelmiszerek és modern műszaki eszközök óriási kínálata, a szabadságjogok biztosítása mind-mind élhetőbb létet kínálnak nekünk, mint volt egykor a nehezen átjárható határok mellett működő országban.

Végiggondoltam, hogy mit hozna számunkra a huxit, a vezetői vágy, a szuverenitásunk tökéletes beteljesedése, már ha egy oroszoktól politikailag és a kínaiaktól gazdaságilag ezer módon függő országban a függetlenség szónak egyáltalán értelme lehetne. Úgy vélem, hogy a kilépés óriási gazdasági katasztrófa lenne az ország számára. Összeomlana a

foglalkoztatottság, a nyugati és ázsiai gyárak várható kivonulása miatt rengeteg lenne ismét a munkanélküli és gyakorlatilag egy gazdaságilag összerogyó országban próbálnánk az ötvenes évek túlélési stratégiájával átvészelni a nehéz évtizedeket. Ráadásul az oroszoknak és kínaiaknak is csak addig érdekes e parányi ország, amíg az unió tagja, ahogy már jeles vezetőnkre sem lenne szükségük a továbbiakban.

S hogy miért tartom mindezt fontosnak most leírni? Nos, ha a bátor állampárti képviselőink elfogadják az átláthatóságinak nevezett, de a köznyelvben és az eltiporni szándékozott független sajtóban „Pofa be!” törvényként becézett tervezetet, akkor már a vélemény sem lesz szabad. Vagyis annak ellenére, hogy sem külföldi pénzt, de még csak értékálló, kiváló magyar forintot sem kapok a leírt véleményeimért, tartanom kell majd szavaim következményeitől. Akik ismerik az ÁVH korát, olvasva a törvénytervezetet tudják, hogyha az törvény lesz, mi mindenre jogosíthatja a hatalmat.

Most még szólhattam, hát szóltam!

Köszönik, nem kérik

Amennyire meglepő, annyira örömteli az a hír, amely bejárta a hírportálokat. A lényeg, hogy a felmérések és a szakemberek szerint a mai fiatalok Európa-szerte egyre kevesebb alkoholt isznak. Olyannyira, hogy alkoholt nem fogyasztók aránya a 35 év alattiak között már 41%.

Nocsak, kapja fel az ember a fejét, mit történt, mire fel ez a javulás? Aztán persze rögvest ott a gyanú, csak nem a drogok veszik át az alkohol szerepét? Mert azt nagyon nehéz elképzelni, hogy a hatalmas elvárásokat, bizonytalanságot, megjósolhatatlan jövőt hozó jelent tömegesen lennének képesek segítség nélkül is feldolgozni a fiatalok. Vagyis, hogy már igény sincs részükről a feledtető bódulatra. Állítólag a magyar fiatalok is kevesebbet isznak, mint korábban, bár még közel sem idilli a helyzet e téren.

Azt is olvastam, hogy a Z generáció – 1995 és 2009 között születettek – 37%-a nem iszik alkoholt, helyette új módszereket keresnek a társasági élethez, a kikapcsolódásra. Ugyancsak örömteli, hogy az idősebbek is

igyekeznek csökkenteni alkoholfogyasztásukat, amely az italgyártók tevékenységében is változást hozhat. Ezek egyébként az egyik legnagyobb sörgyártó cég és az Oxfordi Egyetem közös nemzetközi kutatásának friss eredményeiből derülnek ki. Ahogy az is, hogy a fiatalok mindinkább az alkoholmentes italokhoz nyúlnak, ha megszomjaznak.

Mindezt erősíti az a Japánban, USA-ban, Egyesült Királyságban, Spanyolországban és Brazíliában nagyjából 12 ezer fiatal felnőtt részvételével elvégzett felmérés, amely szerint a változás a korosztályuk tagjai sorában igen komoly.

S hogy miért is fontos ez a mostani trend, azt jól tükrözi az a közelmúltban publikált finn kutatás, amely szerint a fiatalkori túlzott alkoholfogyasztás, dohányzás és mozgásszegény életmód már 36 éves korra jelentős károkat okozhat. Az Annals of Medicine című orvosi szaklapban közzétett tanulmány szerint a vizsgálatban résztvevőket a kutatók évtizedeken keresztül figyelték és rendszeresen felmérték a fizikai és mentális állapotukat. A finn egyetem munkatársai 326 ember életét követték 34 éven keresztül, akiket 27, 36, 42, 50 és 61 éves korukban meg is vizsgáltak. Megdöbbentő, hogy az utolsó ellenőrzés időpontját, a 61 éves kort százhúszan már meg sem érték.

Egy egészen más kutatás azt vizsgálta, mi történik az emberrel, amikor mondjuk egy nehéz vizsga, egy kimerítő sportverseny, vagy valamilyen megrázkódtatás után „kiürül” az agya, vagyis semmire sem gondol. Ez az elmekiürülés állapota. Azon érdemes eltűnődni, hogy az átmeneti semmire gondolás mennyivel jobb, ha hasznos, bár nagyon fárasztó szellemi vagy fizikai tevékenység után történik, mintha alkohol fogyasztását követné, amikor nem mellesleg még az agysejtek is szép számmal pusztulnak.

Izgalmas dolog a tudomány.

Milliárdocskák

Ön mihez kezdene egymilliárd forinttal? Különösen, ha az csak úgy jönne, mert éppen jókor volt jó helyen? Engem nagyon is foglalkoztat, hiszen az utóbbi napokban rendre arról olvasok, hogy ki és mennyi milliárdot vett fel osztalékként a cégeiből, mennyit költött luxusra és így tovább.

Ha holnap arra ébrednék, hogy milliárdos lettem, persze csak nagy szerényen mindössze egyetlen milliárdocska unatkozna a számlámon, hát erősen törném a fejem, hogy mi legyen vele. Először is mondjuk hétszázmillió forintból megtámogatnám a családomat, vegyenek lakást, autót, vagy amire fáj a foguk. Aztán felújíttatnám a kis házamat. El nem költöznék, szeretek ott élni, de mindig van, amivel jobbá lehet tenni a körülményeket.

A konyhabútoroknak menniük kellene, ahogy a fűtést is korszerűsíteném, bár ez egyelőre felesleges is, mert jó, nincs bajom vele, de hát most lenne pénzem rá. Szóval a házra elmenne pár millió, elektromos autót még véletlenül sem vennék, forrja csak ki magát ennél jobban, csakis dízelt, de ez már parányi költség lenne a nagy egészhez képest. Ahogy a háztartási gépek, mobiltelefonok és más kütyük cseréje is az. Vagyis megakadtam, nemigen tudnék még mire költeni, enni sem tudnék a mostaninál többet.

Éppen ezért nagyon elgondolkodtatott azoknak a szegény embereknek a sorsa, akik sok milliárd gondjával küzdenek. Olvasom, hogy a nemzet gázszerelője több cégéből összesen legalább 40 milliárd (negyvenezer millió!) forint osztalékot vett fel a minap, miközben vállalkozó felesége csak szerény egymilliárddal tud hozzájárulni a háztartási költségekhez. Pedig van költségük bőven, a családfő például a kétmilliárdos helikopterével kényszerült néhány szívbéli jó barátjával elrepülni Ferihegyre, hogy onnan a 22 milliárd forint értékű magánrepülőjén még időben eljussanak Münchenbe, a labdarúgó Bajnokok Ligája döntőjére, ha már megvették a méregdrága jegyeket. Szegények aztán aludni is alig tudhattak, hiszen a leggazdagabb francia klub játékosai ugyanabban a luxusszállodában ünnepelték sikerüket, ahol e megfáradt magyarok pihenni próbáltak.

Itt van még a két vállalkozó is, az egykori koronagondnok, meg az NB I-ből kiesett focicsapatát egy forintért áruló társa, akik együttesen több mint 21 milliárddal gazdagodtak a minap. És a sort még hosszan folytathatnám.

Aztán itt vagyunk mi, nagyon sokan, akik csak álmodhatunk a jólét ilyen

fokáról, míg az éjjeliedénybe nem lóg a kezünk, mert egyszemélyi vezetőnk függetlenségi harca a pénzosztó Brüsszellel szemben nekünk egyelőre valószínűleg több mint 10 milliárd euró végleges elveszítését jelentheti. Ez az összeg forintban már csak matematikusok számra értelmezhető nagyságú.

Vajon milyen jelző illene egy olyan vezetőre, aki népét egyéni érdekből fosztja meg egy ekkora, élhetőbb országot biztosító összegtől? Lehet, hogy a „haza” szó valamilyen formában benne lenne?

Mellékhatások nélkül

Manapság a háziorvosi rendelőkben a kórjukra segítséget kérők ellátása mellett a leggyakoribb munkafolyamat a krónikus, hosszan tartó betegségben szenvedő, gyógyszerért betelefonáló páciensek orvossággal ellátása, a receptek kiállítása. Pedig, mint a szakemberek állítják, lehetne ez másként is.

Nem arról van szó, hogy akinek gyógyszer kell, az ne kapja meg, nem is a felírás módját kívánják a szakemberek megváltoztatni, hanem a szemléletet, a tudatot. Számtalan olyan kór van, amely például életmód-változtatással meglehetősen olcsón és tartósan kordában tartható. Például a túlsúly okozta magas vérnyomás, cukorbetegség, ízületi problémák, a mozgáshiány és stressz miatti testi-lelki bajok és még ezernyi más kellemetlenség, amellyel elsőként házorvosunkhoz megyünk, majd tovább a szakrendelésekre, hogy a folyamat végén megkapjuk a gyógyszert, amelyet a kezelőorvosunk rengeteg év tanulás és gyakorlati munka után a leghasznosabbnak tart.

Most egy új kezdeményezés látott napvilágot, amely tulajdonképpen faék egyszerűségű és nem kell hozzá más mint az egyén elhatározása, valamint a településvezetők és a háziorvosok együttműködése. Az ötlet pedig nem más, mint az, hogy a jó doktor ne egy újabb készítményt írjon fel receptre a betege részére, hanem – még kimondani is elképesztő – mozgást.

Míg száz vagy akár csak hatvan évvel ezelőtt is még rengeteget gyalogoltak, sok fizikai munkát végeztek az emberek, addig a mai

gépesített, digitalizált világban a számítógépük mellől, vagy a tévéjük előtti fotelből nagyon sokan átülnek az autójukba, vagy ahol jó tömegközlekedés van, hát azzal mennek a dolguk után. Még akkor is, ha csak két, vagy három utcával, egy-két kilométerrel kell távolabbra menniük.

Nyilvánvalóan a stresszes, zaklatott, rohanó világunkban a legtöbben úgy érzik, hogy ha már hazaértek a munkahelyi ülőmunkájukból, számukra az a kikapcsolódás, ha valamelyik streaming szolgáltató kínálatából filmeket néznek, sportot, hírműsorokat a tévében, vagy kalandoznak a világhálón, csetelnek barátaikkal, rokonaikkal. De ezek ismét csak minimális mozgással járó ülő elfoglaltságok.

A nagy gyógyító újdonság pedig az, hogy a háziorvosaival szerződő települések doktorai, amint annak létesítményi és szervezeti keretei, lehetőségei is összeállnak, gyógyszer helyett egy speciális, szakemberek által vezetett rendszeres csoportos mozgást, egyfajta edzést írhatnak fel receptre. Ahogy a program hivatalos weboldalán olvasható, a Mozgás Receptre program célja az egészségben eltöltött életévek számának növelése a lakosság fizikai aktivitásának, mozgással töltött idejének fokozásán keresztül. Ha valamit üdvözölni lehet és élni is vele, hát ez a program az.

A többi viszont már kizárólag csak a betegen múlik.

Megszólalt a vészharang

Hárman álltunk az ausztriai Zillertal régió kiváló sífelvonói egyikének közel 2500 méter magasan lévő felső állomásánál és csodáltuk az előttünk kitárulkozó lélegzetelállító tájat. Milyen kár – sóhajtott fel egyik társunk –, hogy nekünk nincsenek ilyen hegyeink. Ahogy tengerpartunk sem, tette hozzá másik barátunk, de legalább vizünk bőségesen van.

Generációk nőttek fel abban a hiedelemben, hogy Magyarországnak nem csak pompás tavai, szép folyói vannak, de a mélyben olyan vízkincs rejtőzik, amely még évszázadokig szolgálhatja az itt élőket. Aztán egyszer csak kiderült, hogy ez ma már nem igaz.

De nem csak nálunk lett sürgető kérdés a vízzel takarékoskodás, kiderült, hogy egész Európa veszélyben van, elfogyhat ugyanis az édesvíz. Az Európai Bizottság új vízügyi terve szerint 2030-ig legalább tíz százalékkal kellene csökkenteni a vízfogyasztást unió szerte. Az aszály megelőzése és az infrastruktúra megerősítése a cél, amihez szükséges a lakosság vízhasználati szokásainak megváltoztatása is.

Néhány vízhiányosabb terület lakosait leszámítva idehaza megszokhattuk, hogy csak el kell tekernünk a vízcsapot és máris folyik a tiszta, iható víz. Évtizedekig fel sem merült elménkben annak gondolata, hogy napi tisztálkodásunk, vagy kertlocsolás közben takarékoskodnunk kellene a vízzel.

Az Európai Bizottság a takarékosságon túl ellenállóbb vízhálózatok kiépítését is ösztönözni kívánja, mert az elavult hálózatokon nagy a vízvesztesség. A szakemberek úgy becsülik, hogy az EU-ban a víz negyede elszivárog a rendszerekből, de például Bulgáriában ez az arány 60 százaléknyi. Magyarországon a két évvel ezelőtti adat szerint a vezetékes víz legkevesebb negyed része szintén elfolyik a rozsdás, lyukacsos csöveken keresztül. A sok hazai csőrepedés mutatja a földben futó vízcsövek siralmas állapotát. Ennek tudható be, hogy kalkulációk szerint 2010 eleje és 2014 vége között mintegy 2,5 milliárd köbméter víz folyt el, amelyet nem hasznosított senki sem. Görögországban, Athén két éven belül kifogyhat a vízből, Svédországban locsolási tilalom van, Franciaországban és Spanyolországban már nyílt konfliktusok robbantak ki a víz miatt.

Ha nem is a vízállományban, de a rendelkezésre álló vízkészlet felhasználásában vannak tartalékok. A gyerekek tudatát már az alsóbb osztályokban alakítani kell, remélve, hogy ők majd hatnak szüleik szemléletére is. Változtatni kell a víz újrafelhasználásán is, ami az unióban jelenleg csak 2,4 százalék.

A vízhiány már világjelenség, amelyért felelős a klímaváltozás, a felelőtlen lakossági felhasználás, a nagyüzemi mezőgazdaság, állattenyésztés, vagy az olyan ipari tevékenység is, mint például az akkumulátorgyártás.

A mai döntéshozók hatalma és pénze fabatkát sem ér majd, ha nem lesz mit inniuk. De ez ellen ők még sokat tehetnének, ha akarnának.

Csak egy ország

Akik éltek a szocializmus hiánygazdálkodásának évtizedeiben, ha valamit venni akartak, rendszeresen szembesültek a boltokban a „nincs” szóval. Ők tudják csak igazán megbecsülni a mai helyzetet, amikor jószerével minden kapható az üzletekben, már ha van rá a vevőnek pénze.

Tapasztalható, hogy az állampárti politikusok és sajtójuk rendre unióellenes megnyilvánulások sorával él és egyszemélyi vezetőnk nyugat helyett kelet felé tereli az országot. Ennek sikere érdekében az európai gazdasági és politikai közösségünk ellen hergeli az lakosságot, bár a különféle rendszeres hazai és nemzetközi felmérések szerint is mindez egyelőre ellentétes hatású. Kiderült ugyanis, hogy az évek óta folyó erőtejes EU-ellenes kormányzati propaganda ellenére is nőtt az EU-pártiak aránya Magyarországon. A közvélemény-kutatók az egyes társadalmi csoportokban 74 és 79 százalék között mérik az uniópártiak arányát.

Felmerül a kérdés, hogy vajon a némelyek által vizionált teljes magyar szuverenitás, függetlenség mellett hazánk megfelelően tudná-e táplálni 9,6 millió polgárát, vagyis képes lenne-e önellátó lenni? Nos a Nature Food folyóiratban megjelent kutatási eredmények szerint aligha, mert mindezt a világon csak egyetlen ország tudná megtenni.

A Göttingeni- és az Edinburgh-i Egyetem kutatói 186 ország élelmiszertermelési adatait vizsgálták. Ezekből kiderült, hogy Guyana a földkerekség egyetlen országa, amely mind a hét kulcsfontosságú élelmiszercsoportban, amelyeket a tanulmány elemzett, képes teljesen önellátó lenni. Tanulmányozott élelmiszercsoport volt a tejtermékek, halak és haltermékek, gyümölcsök, húsok és hústermékek, zöldségek, hüvelyesek, diófélék és magvak, valamint a keményítőtartalmú alapanyagok csoportja.

Guyana mögött Kína és Vietnám áll még jól, a hét kategóriából ugyanis hatban elegendő élelmiszert termelnek a lakosságuk szükségleteinek kielégítésére. Az országok több mint egyharmada legfeljebb csak egy vagy két termékcsoportban önellátó, míg hat olyan ország is van, amely egyetlen

élelmiszercsoportban sem tud önellátó lenni. Hazánk azzal, hogy a zöldségek, halak, hüvelyesek, diófélék és magvak kivételével négy kategóriában is képes kiszolgálni a hazai igényeket, a világ országainak középmezőnyéhez tartozik e téren.

Még ma is erősen tartja magát idehaza az a nézet, hogy mezőgazdaságban, állattartásban Magyarország nem csak a hazai igényeknek képes megfelelni, de még exportra is bőségesen tud termelni. A valóságban ez már messze nem igaz, ha egyáltalán valaha is az volt, azaz számunkra a vámmentesen behozható és széles skálájú termékkínálat nagyon is fontos.

Az uniós tagságunk megléte, vagy az egyesek által vágyott uniónkívüliség közel sem az egyéni politikusi szándékok megvalósítása, sokkal inkább a lakosság jól felfogott érdeke miatt létkérdésünk.

Drónt mindenkinek

Önnek van már otthon drónja? Na nem olyanra gondolok, amelyet pár ezer forintért meg lehet venni, hogy aztán a gyerekkel reptessék a kertben, vagy a játszótéren. Igaz, van a kereskedelmi forgalomban bárki számára megvásárolható repülő masina milliókért is, annak kamerájával akár már a csinos szomszédasszonyt is meg lehet lesni, amikor éppen a kertben napozik. Vagy, amelyhez már pilóta engedély kell, de az ilyen komoly civil drón is beszerezhető, megkapható.

Engem az érdekel, hogy vajon van-e önnek otthon harci drónja? Nem mintha venni akarnék, békés természetűként a vitákat sokkal inkább megbeszélés és mindkét fél számára megfelelő kompromisszum útján szeretem rendezni, mintsem erőszakkal. Ennek ellenére nagyon is érdekel, hogy vajon mennyit költ a világ manapság drónok vásárlására, miután ezeket például az oroszok negyedik éve zajló Ukrajna elleni, vagy a minap kirobbant izraeli iraki háborúban naponta tömegesen küldik egymásra a szemben álló felek. És akkor még nem beszéltünk a különféle rakétákról,

egészen kiváló és alig levadászható szupergyors repülő alkalmatosságokról, amelyek célja a lehető legtöbb ember megölése és a minél nagyobb kár okozása.

Bár érthető okokból egyetlen fegyvergyártó cég sem teszi ki a netre az árlistáját, azt nagyjából látni lehet, hogy a valóban gyilkolásra, rombolásra képes repülő alkalmatosságok, ha készen veszik azokat, akkor 10 és 50 ezer dollár között kaphatók, habár van négyszer drágább is. Igaz, a licencet is meg lehet vásárolni és saját gyártásba kezdeni, így állítólag darabonként 6 ezer dollárig is levihető az áruk. Aztán ott vannak a csali drónoknak nevezett, kinézetre ugyanolyan, de olcsóbb szerkezetek, amelyek feladata, hogy a védekező ellenfél rájuk lőjön, azokat vadássza le és ne az igazi gyilkosokat. Így például annak a közel ezer drónnak, amelyet a minap derék orosz barátaink testvérnépükre eresztettek, közel fele állítólag csali volt, vagyis jól lekötötte a védekezők figyelmét, erejét és eszközeit.

Olvastam a minap, hogy Kína havonta félmillió drónt képes gyártani, amely termelést akár 750 ezer darabra is felpörgethetik, ha szükséges. Vajon, ha bejelentkezik egy világuralomra törő ország, hogy neki kell havonta pár tízezer a szerkentyűkből, az már jellemezhető a szükséges jelzővel? Ezek hatótávolságtól, felszereltségtől függően már néhány száztól, pár ezerig dollárig megvásárolhatók. Ugyanakkor az igazán ütős kínai darabok sem olcsóak.

Ez az a pont, ahol érdemes elgondolkodni, hogy egy hónapokig, vagy akár évekig tartó háború csak a drónok költségén keresztül is milyen felfoghatatlan összegbe kerül és ez a pénz micsoda jólétet, gazdagságot, fejlődést eredményezhetne az emberiségnek, ha a gyilkolás és pusztítás helyett jobb célra fordítanák a haragvó ellenfelek.

Vagy az unalmas lenne?

Fájdalmas várakozás

Már jó ideje csak az érdekli, hogy mikor múlik valamelyest a fájdalom – panaszolta egyik ismerősöm. Erős fájdalomcsillapító nélkül nem tud ülni és dolgozni, a járás már csak botok segítségével megy úgy-ahogy, de feküdni,

aludni is csak percekig képes, hogy aztán forgolódva keressen egy újabb elviselhető pózt. A bajt állítólag az évekkel korábban beültetett és valószínűleg kilazult csípőprotézise okozza, amelyet egy nem túl egyszerű műtéttel lehet helyreigazítani. Tulajdonképpen szerencsés is a bajban, mert az operációig csak alig több mint fél évet kell kibírnia, ha sikerül a tűrőképességét megfelelő szintre emelnie.

A család úgy döntött, hogy alternatív megoldásként elfogadják az egyik magánkórház ajánlatát, igénybe veszik a magánsebészetet, összedobják a pénzt, mert az állami beavatkozással szemben ott már néhány millióra is szükség lesz, de hát ugyebár a gyors segítség pénzbe kerül.

E történet nem egyedi, napjainkban mind többen szembesülnek a teljes lepusztulás felé araszoló állami egészségügyi ellátórendszer furcsaságaival. Az orvosok, szakszemélyzet, eszközök és segédanyagok hiányával küzdő rendszert leginkább a vizsgálati és műtéti várólisták jellemzik, amelyek hossza – hogy egy klasszikust idézzünk ide – már a Holdról is látszik. Az egyik e témával foglalkozó cikk szerint az állami kórházakban szürkehályog-műtétre várók tizede a hiedelemmel szemben nem nyergelt át magángyógyászokhoz, csupán nem élt addig, míg végre ő következett volna. Nem mondom, ez is rövidít a várólistát, bár nem túl emberbaráti erre számítani.

A hivatalos nyilvántartás szerint például kevesebb mint 300 napot kell várni egy térdprotézisre és miután az illető élete nincs veszélyben, talán kibírható ez az idő. Mondhatja az, akinek még nem fájt minden lépése. De talán a sokat próbált magyar polgár még ezt is lenyeli, mint oly sok más rosszat, ám akkor meg kiderül, hogy az a kis híján 300 nap inkább közelít a 700-hoz. És bár az ország lakosságához képest a különféle műtétekre várakozó nagyjából negyvenezer beteg nem túl sok, akinek segítségre van szüksége, annak bizony a várakozás alig kibírható.

A különféle módszerekkel összeállított és nyilvántartott, vagyis nem feltétlenül a valós adatokat tartalmazó műtéti várólisták a Nemzeti Egészségbiztosítási Alapkezelő, a NEAK oldalán elérhetők. Torzítja a valóságot, hogy 2024 óta csak a 60 napon túl várakozó betegek számát mutatja a nyilvános lista, azokat is a kórházak jelentései alapján, amelyek állítólag sokfelé csak megközelítőleg helyesek. Ellenőrizze, aki akarja.

Van persze igyekezet az ellátás javítására is, például pácienseknek tűnők figyelik, ellenőrzik az orvosok, nővérek, szakdolgozók munkahelyen

eltöltött idejét, a helyes öltözködésüket, viselkedésüket és így tovább.

Hogyha ez sem elég nekünk, ne csodálkozzunk, ha a gondoskodó állam sértve érzi magát.

Hátulról nézve

Van némi zavar a fejemben mostanában. A minap jelent meg ugyanis a legújabb KSH jelentés, miszerint megint nőtt a bruttó átlagkereset, amely 2025 áprilisában éppenséggel majd' 10 százalékkal haladta meg az egy évvel korábbit. Szép, nem vitás, különösen, ha hozzáteszem, hogy az átlag e pillanatban meghaladja a 708 ezret, ami nettóban is több mint 486 ezer forint. Zavarba ejt viszont, hogy a környezetemben többen közel sem keresnek ennyit. Ön sem? Furcsa.

Bevallom, erősen kételkedem a most kimutatott bruttó átlagfizetés összegének valóságtartamában. Bár igazából az sem oly sok, ha átszámítom euróra, amely pénznemben kapják járandóságukat húsz európai uniós ország polgárai. E szerint a magyar átlagfizetés megközelítőleg 1750 euróra rúg, míg az átlagnyugdíj 2025-ben nagyjából 600 eurót ér. Ez utóbbi azért érdekes, mert az átlagnyugdíj folyamatosan szakad le az átlagfizetés felétől is, nem beszélve arról, hogy a nyugdíjasok nagy része nemhogy átlagnyugdíjat, de mediánnyugdíjat – a nyugdíjak közepe, amely alatt a nyugdíjasok fele, felette pedig a másik fele kap nyugdíjat – sem kap. És mint azt egy nagy embertől tudjuk, mindenki annyit ér, amennyije van. E logika mentén az átlagnyugdíjas, hát még a mediánnyugdíjas nem sokat. De még a bruttó átlagkereső magyar sem, ha nyugati társaiéval vetjük össze a jövedelmét. 2024-ben az EU átlaga meghaladta a havi 3100 eurót. Hasonlítsuk össze a mi magasnak tűnő (és a többség számára aligha elérhető) hazai béreinkkel.

Zavarba hoz, hogy mást sulykol belénk a kormánypropaganda, például az „üstökön ragadt", inflációval, a „repülőrajtot vett" gazdasággal és mást tapasztalunk, mást mutatnak a független adatok. Eddig még büszkék (?)

lehettünk arra, hogy korábban Románia és Bulgária, aztán már csak az utóbbi mögöttük szerénykedett a legszegényebb országok versenyében. Az Eurostat legújabb, 2025-ös adatai szerint mára lehagytunk mindenkit. Hátrafelé. Így aztán a számok alapján hazánk lett az unió legszegényebb országa. Még szerencse, hogy milliárdosokból, sikeres hatalomközeli vállalkozókból, dúsgazdag állampárti politikusokból jól állunk, különben még nagyobb lenne a szégyen.

Mint az Európai Bizottság statisztikával foglalkozó főigazgatóságának (ők lennének a rendre előrángatott brüsszeli bürokraták?) adataiból megtudhatjuk, az előző év után 2024-ben is a magyar háztartások fogyasztása volt a legalacsonyabb az EU-ban. A főigazgatóság az egy főre jutó tényleges fogyasztást, a megvásárolt árukat és szolgáltatásokat veszi figyelembe, kiegyensúlyozva az adott ország árszínvonalával. A pontos számok megtalálhatók az Európai Bizottság honlapján. Hogy jót is mondjak: az egy főre jutó GDP tekintetében jobban állunk, abban öt tagállamot is magunk mögé utasítunk.

Kár, hogy a nadrágszíjukat folyamatosan összébb húzni kényszerülő magyarokat ez a legkevésbé sem vigasztalja.

Egy jó diktátor

Ha diktátor volnék, minden szép nőt becsukatnék. Ez nem az én kijelentésem, ennél messze jobban tisztelem a hölgyeket és gyönyörködtet is sokuk látványa. Párom tudja és el is nézi ezt nekem, hiszen amúgy abszolút hűséges vagyok és nem csak a párkapcsolatban, de a barátok esetében is. A bevezető mondat Szerb Antal A Pendragon legenda című klasszikus regényében hangzik el. A főhős fakad így ki, amikor egy szépséges ifjú hölgy csalárd módon próbálja rávenni vendéglátója elárulására.

Parányi kertemben ücsörögve olvastam a regényt, de a főhős említett kijelentésénél pihenésként elgondolkodtam azon, vajon én milyen diktátor lennék, ha lehetnék? Ha ebben a tőlem valójában nagyon is idegen helyzetben találnám magam, először is gondoskodnék családom tagjainak hosszútávú jólétéről, legalább az ükunokákig. Nem feledkeznék meg

barátaimról, hűséges csatlósaimról, az engem hatalomra segítőkről és az ott-tartókról sem. Ha már kellő mennyiségű vagyont halmoztam fel és rejtettem biztos helyekre, svájci bankokba, magántőke alapítványokba, hogy esetleges bukásom esetén is legyen mihez nyúlnom, elkezdeném nehezíteni alattvalóim életét. Sűrűn változtatnám a törvényeket, kitalált ellenségekkel rémisztgetném a népemet és úgy intézném, hogy örüljön mindenki, amíg úgy-ahogy szabad és van is még valamije.

Tudom, minden diktátor ezt teszi és miután van belőlük bőven, különbség meg köztük alig, gyorsan ráébredtem, ez aligha menne nekem. Inkább egy alternatív, vagyis jó diktátori pályafutáson kezdtem gondolkodni. Elsőként felméretném igazi szakértőkkel, vagyis nem az engem pénzért, pozícióért esedezve szolgálókkal a valóságos bajokat. S miután előző – képzeletbeli – diktátorságomban volt bőségesen pénzem arra, hogy gazdaggá tegyem magam és környezetem, e pénzből javítanám a rászorulók életminőségét, olyan munkakörnyezetet, feltételeket biztosítanék, hogy ismét öröm és megtiszteltetés legyen gyógyítani, tanítani, embertársaim életét jobbá tenni. Jól megfizetném a pedagógusokat, mert tanult emberekkel lehet csak fejlődő országot építeni. Tiltanám a felesleges kiadásokat, üldözném a korrupciót és a megtakarított tetemes közpénzt használnám fel minderre. Közbiztonságra, rend- és honvédelemre, szociális ellátásra, értékálló nyugdíjakra is és így tovább. Egy élhető, jómódú országot csinálnék.

De vajon megérné jó diktátornak lenni? Mert hát kik is nekem az országom lakosai, hogy segítsem, szolgáljam őket? A családomat, pár barátot és kivételezettet leszámítva ők senkik nekem, hát miért tegyek jót velük, nem igaz? Amúgy is jó diktátorként, ellentétben kíméletlen kollégáimmal, könnyű prédaként gyors bukásra lennék ítélve.

Elegem is lett a képzeletbeli diktátorságból, megkönnyebbülten tértem vissza a Pendragon-család és a rózsakeresztesek különös világához. Pedig az sem volt egy egyszerű történet.

Lassabban többet ér

Fogalmam sincs róla, hogy mondjuk a 19. században, vagy éppenséggel az 1900-as évek első felében mennyi ideig voltak érvényben az egyes kifejezések. Ma ugyanis a digitális világ rohamos fejlődésének, az információrengetegnek köszönhetően naponta születnek újabb szavak, kifejezések, amelyekkel párhuzamosan egy akárcsak pár éve is még közhasználatú fogalom teljességgel értelmét veszíti, olyannyira, hogy sokan már egyáltalán nem is értik annak jelentését.

A minap találkoztam először a lassú turizmus (slow tourism) kifejezéssel. Volt némi elképzelésem, hogy mit jelenthet és mint kiderült, nem is jártam messze az igazságtól. Mindez azért is érdekelt, mert egy olyan térségben élek, ahol a nyár három hónapja számtalan vállalkozó és vállalkozás, de még a települések életét, létét is meghatározza, vagyis, ahol a turisták, a nyaralók ott eltöltött ideje, az igénybe vett szolgáltatások alapvetően létfontosságúak.

A lassú turizmus nem más, mint egy olyan utazási, szabadidő-eltöltési mód, amikor a nyaraló, telelő, az utazó, vagyis a turista a minőségre és a mélyebb élmények megszerzésére helyezi a hangsúlyt. Jellemzője a kevesebb utazás, amit az egyhelyben eltöltött hosszabb ideig tartózkodás vált fel és amely lehetőséget ad a helyi kultúra és életmód jobb megismerésére. A turisták a gyors turizmussal szemben tudatosan lassítanak le és keresnek mélyebb kapcsolatot a hely múltjával, lakóival és terület környezetével.

A gyors, vagy tömegturizmus (fast tourism) lényege a tervezett célpontok minél gyorsabb bejárása, a népszerű látnivalókra összpontosítás. Fő jellemzője a rohanás, a népszerű helyszínek felületes megtekintése és a túlfogyasztás. Ezzel szemben a lassú turizmust, ahogy már említettem is, jellemzi a kevesebb utazás és a célterületen eltöltött több idő. A szakirodalom szerint a ráérősebb utazási forma kedvezőbb a helyi vállalkozásoknak és a hely környezeti terhelése is jóval kisebb. Láthatjuk, hogy mi történik napjainkban Velencében, ahol már belépőjegyekkel korlátozzák a turistahadak létszámát, vagy Spanyolország némelyik térségében, városában, ahol komoly helyi feszültségeket, tiltakozásokat vált ki a mind nagyobb és a helyiek életét jelentősen megnehezítő turistaáradat. Az elmúlt hetekben Barcelonában, Lisszabonban, Genovában és Nápolyban is turistaellenes tüntetések zajlottak, de még Párizsban is volt nap, amikor a

Louvre sem nyitott ki a dolgozóknak a tömeg láttán kirobbant sztrájkja miatt. E helyeken az ottélőknek elegük lett a tömegturizmusból. De vajon miből élnek majd meg a tömegek turizmusára épült helyi vállalkozások, ha csökken a látogatók száma? Nem egyszerű kérdések ezek.

Nyaralóterületen élve ugyanakkor könnyű azonosulni a lassú turizmus előnyeivel, az új fogalommal, amelynek fennmaradásában mind többen vagyunk érdekeltek.

Van annak, aki…

Édesanyám kicsi koromtól igyekezett megfelelően öltöztetni, kimondottan fontos volt számára, ezt is nevelte belém, hogy mindig tisztán és jól öltözötten jelenjek meg a világ színe előtt. Ez nem volt könnyű akkoriban, hiszen a második világháború utáni évek, majd a kommunizmus, szocializmus időszakai mindenről szóltak, csak árubőségről és választékról nem.

Azt még a távoli múlt megszépültével sem mondhatom, hogy jómódúak lettünk volna. Édesapám orvosi kötszerészként a Művégtaggyár, majd későbbi nevén a Gyógyászati Segédeszközök Gyárának sokszoroson kitüntetett, ámbár éhbéren foglalkoztatott dolgozója volt, édesanyám a MÁV adminisztratív művezetője, amíg aztán 1955-ben a gazdaság racionalizálása címén érdemei és jó munkája elismerése és nagy sajnálkozás mellett ki nem tették a munkahelyéről. Az ok, ahogy később megtudtam, annyi volt, hogy miután édesapám dolgozott, a vezetők elégnek tartottak egy keresőt a családban. Mi tagadás, sok mindenre nem futotta az egyszem keresetből, különösen nem szép új ruhákra. Így aztán szüleim a jeles ajándékozási alkalmakat, a születésnapomat, karácsonyt ragadták meg, hogy az általam vágyott játékok vagy kerékpár helyett zoknikkal, inggel, pulóverrel lepjenek meg.

Talán e gyerekkori élmények miatt is figyelem nagy érdeklődéssel azokat a híreket, amelyeket mind sűrűbben látok, olvasok és amelyekből kiderül, hogy egyesek méregdrága ruhákat, táskákat, órákat, vagy éppen egy autó

árát érő papucsot viselnek. E jól, de legalábbis nagyon drágán öltözött kör tagjai rendre nagyjaink – vagyis a rendszer kegyeltjeinek – asszonyai közül kerülnek ki. Olyan összegeket olvasok, amelyek számomra megdöbbentőek, különösen, ha összevetem a környékemen lakó kisnyugdíjasok és sokgyerekes, bár anyagilag nem túl jól elengedett ismerőseim életével. Vagy a sajátoméval. Legutóbb például a nemzeti bankunkat nagy ügyesen sok százmilliárddal megkönnyítő korábbi vezetőnek felesége került a hírekbe, bár a többiekéhez képest meglehetősen szerény összegű tárgyakkal. Négymilliónál csak pár százezerrel drágább táskával és egy nyolcszázezres papuccsal. Ahogy a képeket elnéztem, a derék asszonyt jól átverhették, bármelyik ázsiai piaci árusnál, vagy boltban megkaphatta volna az ezekhez megtévesztően hasonlító portékákat néhány ezer forintért is.

Fogalmam sincs arról, hogy vajon a több tízmilliós luxusholmikat birtokló, viselő urak és úrhölgyek mennyire érzik magukat különbnek a pórnépnél. De, hogy a közpénzből lett luxus, a magánrepülők, jachtok, méregdrága külföldi ingatlanok birtoklása számukra felsőbbrendűségi érzést ad, az biztos.

Persze nem irigykedem, mert tudom, van azoknak, akik kemény munkával megkeresik rá a pénzt. Tanulhatnánk tőlük?

Elengedni, továbbmenni

Huszonnégy évesen nősültem meg, miközben családom nagyon lebeszélt róla. Ráérek arra még akár tíz múlva is, mondták, de én nagyon elszánt voltam a nősülésemben. Hamarosan beláttam, a sokat tapasztalt szüleimnek és a többi engem lebeszélni igyekvő józan gondolkodású rokonomnak volt igaza. Nem így más ismerőseim, akik korábban gyakran faggattak, hogy mikor állapodok már meg, mikor alapítok végre családot.

Ifjú felnőttként gyakran hangzott el a velem beszélgetőktől a családalapítás kifejezés, de amit nemrég hallottam, az valami nagyon más, pedig eleinte azt gondoltam, hogy ez a szó egyik új keletű szinonimája. Vendégem mondta ugyanis, hogy férje nem tud jönni, mert családállításra ment.

Miután nem akartam teljességgel tudatlannak mutatkozni, sajnálkozásomat fejeztem ki, hogy elmarad találkozásunk a férjjel, de szó nélkül hagytam az okát. Persze nem hagyott nyugodni a dolog és ezért később elmerültem az internet mindent tudó világában. Gondolom, olvasóim többsége tisztában van a családállítás lényegével, de ha mégis akad hozzám hasonlóan valaki, aki eddig még nem hallott róla, hát elárulom, hogy egy pszichoterápiával foglalkozó német katolikus misszionárius, Bert Hellinger gondolta ki a családfelállítás (Familienaufstellung) elnevezésű gyógymódot. Magyarországon az ezredforduló óta családleképezés, családfelállítás, vagy és ez a leggyakrabban használatos elnevezés, családállítás elnevezésekkel lett ismert. A lényeg, hogy nem sok köze van a családalapításhoz.

Hellingernek több könyve is megjelent magyarul is, sőt idehaza egy nevét viselő intézet is foglalkozik a módszerével. Akit mindez érdekel, gyorsan megtalálhatja a leírását, bár nem állítom, hogy könnyed esti olvasmány lesz. A módszer lényege, hogy felszínre hozza és feloldja azokat a múltbeli eseményekből eredő hatásokat, amelyek jelenleg életünket is befolyásolják. Ezek a korábbi események nemritkán olyan felmenőinkkel kapcsolatosak, akiket esetleg nem is ismertünk, miközben ők a családi lélek kollektív rendszerében mégis hatással vannak a család összes tagjára. Különösen, ha ezeknek nem vagyunk tudatában.

Miután rengetegen küzdenek olyan lelki problémákkal, amelyekre maguk nem találnak megoldást, érdemes lehet a hellingeri módszerrel próbálkozni. Ez valójában egyfajta szerepjáték, amelynek során megjeleníthetők a pszichét befolyásoló rejtett erők úgy, hogy idegen embereket állítunk be családtagjaink szerepébe. Ezek az emberek „képviselőként” állítólag képesek lehetnek megjeleníteni a családtagjainkra jellemző érzelmeket és élményeket.

A német pszichoterapeuta szerint valamit elengedni annyit jelent, mint megváltozva továbbmenni. A lelki problémák tengerében ez vezérelvnek, iránytűnek sem rossz gondolat.

Érdemes rajta gondolkodni.

Pusztít, mint a járvány

Kedvelem az előrejelzéseket, szórakoztató azokat később összehasonlítani a valósággal. Sok évvel ezelőtt például egy kutató állította, hogy a középkorúságuk vége felé járók generációja az utolsó, amelyik még otthon főz. Lehet, hogy a miénknél fejlettebb országokban így van, de idehaza, látva az éttermi árakat, ez még sokáig nem lesz igaz.

A világháló mind tömegesebb elterjedésének és használatának idején, ha jól emlékszem, egy amerikai társadalomkutató vetítette előre, hogy az internet világában már senkinek sem kell majd magányosnak éreznie magát. A szakember nyilván arra gondolt, hogy a közösségi médiában, csetszobákban játszi könnyedséggel lehet beszélgetőpartnereket találni. A kijelentést tevő igaza az újabb kutatások alapján legalábbis kétséges. Az egyik tudományos portálon közzétett WHO jelentésből, amelyhez közreműködőként az angliai Devon-beli Exeter Egyetem is hozzátette a maga kutatási eredményeit, kiderült, hogy ma a világon minden hatodik ember magányos. Ez pedig nagyjából hatmilliárd felnőttel számolva, egymilliárd embert jelent. Döbbenetesen nagy szám. És miért ne lehetnének a gyerekek is magányosak?

Nehéz a magányt meghatározni, hiszen sokan élnek egyedül és mégsem érzik magányosnak magukat. Társaságba, közösségekbe járnak, vannak barátaik és van családjuk is, akikkel találkozhatnak. Sokan viszont nagyobb családban, de érzelmeik szerint kiközösítetten és magányosan élnek. És ez utóbbi az igazi rossz, hiszen az ilyen személy kirekesztettnek érzi magát, függetlenül attól, hogy ténylegesen egyedül van-e. A magány tehát nem feltétlenül az egyedüllétet jelenti, sokkal inkább az emberi kapcsolatok hiányát.

A WHO, az Egészségügyi Világszervezet említett közleménye szerint a magány nagyon káros az egészségre. Ez nem újdonság. Ugyanakkor megdöbbentő, hogy világszerte emiatt legalább száz ember hal meg. Óránként!

Egy 2022-es hazai felmérésből tudjuk, hogy Magyarországon jelenleg több mint egymillió ember él egyedül, közülük több mint hatszázezren 65 év felettiek. Az adat tulajdonképpen a lakhatásra vonatkozik és ahogy azt tisztáztam, egyedüllét és a magány két különböző állapot. Ugyanakkor sajnálatos módon idehaza az idősebb egyedül élők zömében magányosak is.

A magányosság ellen, ha van erre igénye az ezt elszenvedő embernek, sok mindent lehet(ne) tenni. Közösségbe járni, részt venni közös programokban, emberi, baráti kapcsolatokat keresni és kialakítani, és ha ez is kevés, szakemberhez, pszichológushoz fordulni.

Ismerve a korosabb magyarok általános egészségi állapotát, zömében rossz anyagi helyzetét, kijelenthetjük, hogy a magány tulajdonképpen súlyos társadalmi látlelet és állapot. Ehhez kevés az egyén vágya vagy elhatározása, több kellene hozzá.

Segítség.

Összemennek, mint ruha a mosásban

A minap vásároltunk egy nagyobb tétel vécépapírt. Szép volt a csomagolás és némi megalkuvással az ára is elfogadhatónak tűnt. Meglepetés akkor ért bennünket, amikor használatba vettük a szükséges lapokat, amelyekről a mellékhelyiség csendes magányában derült ki, hogy az eddig megszokottaknál kisebbek. A használat részleteit innen kedves olvasóim fantáziájára bízom.

Gondoltuk, ha már itt a hőség, együnk valami üdítő finomságot. Például jégkrémet. Párommal kiszámoltuk, hogy ha veszünk egy dobozzal, jobban járunk, mintha kettesben elmennénk két-két gombócot elnyalni egy közeli fagylatoshoz, ahol egy gombóc (kb. 50-70 milliliter) nagyjából 700 jó magyar forintba kerül. Egy 1000 milliliteres, vagyis egyliteres doboz jégkrém meg szerencsés esetben megvan 2000-ből is.

Csendesen válogattunk a szupermarket fagyasztójában a jégkrémek között, amikor hiányérzetem támadt. Nem, nem a választék miatt, a mérettel akadt gondom. Bár még meglehetősen jó a látásom, mégis úgy éreztem, hogy ezek a dobozok tavaly óta mintha összementek volna. Nocsak, gondoltam, lehet, hogy mégis szemüvegre lesz szükségem? De, mint utóbb kiderült, nem a szememmel volt baj. Nyilván a vásárlók

kérésére, mert mi másért lenne, a korábbi egyliteres dobozokba egy idő után már csak kilenc decinyi finomságot töltött a gyártó, hogy aztán mostanra még ebből is leolvadjon 75 ml. Vagyis 1000 helyett már csak 825 milliliteresek az adagok. Ha így megy tovább a régebben kisebb téglányi tartályok lassan kör alakú vödröcskékké lesznek, annak megfelelően lecsökkentett tartalommal.

És akkor nézzük az árakat! Merthogy ezek meg nemhogy csökkennének, de szépen, kitartóan növekszenek is. A szakirodalom mindezt zsugorinflációnak nevezi. Hogy a derék polgár minek, az már vérmérséklet és szókincs kérdése. A minap találtam egy olyan cikket, amelyben a legújabban összezsugorodott termékeket sorolják fel az alkoholos italoktól, kávékon át a különféle édességekig, a látványosan összement, korábban kétszer ekkora kígyóuborkákig, jégcsapretkekig és társaikig. Gyanítom, hogy nemsokára már csak a dobozok, fóliák, hab- és papírtálcák, valamint társaik mind magasabb költségét fogjuk fizetni, mert a belevaló időközben egyre kevesebb lesz, közben meg csorgathatjuk a nyálunkat, amint elképzeljük, hogy milyen jó lett volna a drágán megvett csomagolásban fellelhető finomsággal kényeztethetni magunkat.

Belegondolok, hogy ha majd más iparágak is rákapnak e technikára és mondjuk nadrágot, cipőt akarok magamnak venni, akkor bár jó sokat fizetek értük, a lábszáram mégis kilóg majd a halásznadrágszerűvé rövidült pantallóból, a megfelelő méretűre számozott cipőbe meg csak „ökölbe” szorított lábujjakkal bújhatok bele.

De ez nem fog bekövetkezni, e portékáknál ugyanis elég lesz csak hetente emelni az áraikat.

Megpecsételt sors?

- Felesleges itt minden szó, majd a Jóisten megoldja.

Ez a mondat egy neves vízügyi szakember szájából hangzott el, amikor már a ki tudja hányadik fórumot, tárcaközi bizottsági ülést ülték végig a

vízügyi szakértők, térségbeli polgármesterek, megtárgyalták a helyzetet és összegzésként minden esetben arra jutottak, hogy valamit végre tenni kellene.

Míg a múlt század hatvanas, hetvenes éveiben is még minden tavasszal áradással fenyegetett a Velencei-tó és sokszor csak a vasúti töltés fogta meg a vizet, addig az 1990-es évek elején a tó jelentős vízhiánnyal küzdött. Sokan már aggódva hozták fel a tó 1863 körüli kiszáradását, amikor még a fehérvári huszárezred is a szikkadó mederben gyakorlatozhatott.

Tény, hogy három és fél évtizede is nagy volt a baj, végül valóban a vízügyi szakembernek lett igaza, ha nem is isteni beavatkozásra, de a csapadékosabb éveknek köszönhetően helyrebillent a tó vízháztartása. A hozzáértők szerint a Velencei-tóra jellemző, hogy hol a vízbősége okoz gondot, hol a nagyon alacsony vízállása. De eddig nagyjából mindig helyreállt a rend. Most viszont más idők járnak, láthatjuk mindezt a Balatonnál, a vízre vágyó folyóinknál, a kiszáradó Alföldön. Klímaváltozás van és az új kihívásokhoz kell alkalmazkodnunk. Pár éve még állítólag 40 milliárd forintból meg lehetett volna oldani a Velencei-tó folyamatos vízpótlását, de akkoriban éppenséggel másra kellett ez az összeg. Gondolom, olvasóim kapásból legalább egy tucat helyet tudnak mondani, ahova elfolytak a milliárdok.

A Balaton és a Velencei-tó két ékköve az országnak. Persze ott van még a Tisza-tó és a Fertő is, de az említett két nagy tavunk a legtöbb ember életében már játszott, vagy folyamatosan játszik szerepet. Jó ezeken a helyeken élni, nyaralni és telelni is. Nyaralók ezrei épültek a tavak partjain és sokak életminőségét javította, hogy a városokból elmehettek Velencére, Gárdonyba, vagy a Balcsira.

Most meg azt olvastam a minap, hogy a Balaton déli oldalán egy ott pihenő szinte egyetlen élőlényt, a kövek felett fürgén cikázó apró sneciket, rájuk vadászó, a vízből ki-kiugró nagyobb halakat, békákat, siklókat sem látott a partközeli vízben. Saját szomorú benyomásomként ugyanezt mondhatom el a Velencei-tóról, amelynek bár alacsony, de kellemes és tiszta a vize, kiváló a fürdőzésre, ugyanakkor a növényeken kívül a partközelben élettelennek tűnik.

Nem a politikának, a szakembereknek kellene dönteniük a megoldásról, arról, hogy honnan lehetne víz, amikor a tókörnyéki kutakban is méterekkel lejjebb van a vízszint, mint volt pár évtizede. De kijelenthető, hogy ezúttal

felesleges az égi segítségre várni, itt már megfontolt tervezésre és sok pénzre van szükség.

Még akár annak árán is, ha a nagyon gazdagjaink egy darabig nem gazdagodnak tovább.

Gyerek az autó tetején

- Anyuka nyomatékosan megkérlek, hogy véletlenül se adjál a gyereknek cukrot, csokoládét. Mi nem szoktatjuk rá az édességre. Felvágottakat, zsíros, sós, csípős ételeket se adjál mert azok meg egészségtelenek. Ha kimentek sétálni, mindenképpen öltöztesd fel jól és ne engedd a játszótéren a homokozóba, mert az tele van mocsokkal. A hintára se ültesd fel, mert mi azt egyelőre nem szeretnénk. Hidd el, minden szakirodalmat elolvasunk, tudjuk, hogy mi a jó a gyerekünknek és hogyan kell őt helyesen nevelni.

Édes lányom – akarta mondani a kisgyerek nagyanyja – mi három gyereket is felneveltünk, köztük a férjedet is és látod, okos, rendes emberek lettek. De aztán inkább nem szólt. Nem akart rossz viszonyt a menyével, ámbár néha nem tudta megállni, hogy ne szóljon vissza, ne vitatkozzon a fiatalasszonnyal. Mert amit a kicsivel művelnek, az szerinte nagyon rossz. Mielőtt az anya elköszönt volna gyermekétől, még odaszólt a nagymamának, hogy ha esetleg egy kicsit rosszalkodik is, véletlenül se szóljon rá az unkájára, mert sérül a gyerek lelke, önértékelése.

Manapság a szülők gyakran elvárják a nagyszülőktől, hogy életnyi tapasztalatuk ellenére fogadják el, amit ők akarnak, még ha úgy is érzik, hogy az rossz az unokájuknak. Arra nem gondolnak, hogy mi lesz a gyerekkel a bölcsődében, óvodában, ahol aligha fogadják meg az anyuka tanácsait az óvónők, akik messze jobban tudják, hogy mit ehet és hogyan kell bánni egy kicsivel.

Sokan viszont éppen ellenkezőleg, a szabad nevelés hívei, elutasítva a szabályokat és korlátokat. A szabad nevelést említve ugrott be egy több

évtizedes emlék. Egy tatai evezősversenyen a tóparton álltam, mellettem a Nyugat-Németországból érkezett vendégek egy olyan vadonatújnak látszó autóval, amilyenről kortársaim többségével együtt akkor még csak nem is álmodhattunk. A német házaspár négy év körüli gyermeke elunva magát, előbb felmászott a motorháztetőre, ott ugrált egy keveset a szülei szeme láttára, majd a kocsi tetejére mászott és ott folytatta az ugrálást. A vékony lemez többször is behorpadt, de a szülők ezt is szó nélkül hagyták. Akkoriban a nyugati világban már elterjedt, hogy a gyereket személyiségének fejlődése érdekében nem szabad korlátozni, de még csak rászólni sem.

E trendnek már mifelénk is sok követője van, amit elvárnak a gyerekek nagyszüleitől is. Így hát jogos lehet a kérdés, mit tegyen a nagyanya, vagy nagyapa, hogyan beszélje meg a beszélni még alig tudó, de már mindent kipróbálni akaró, magát gyakran veszélybe sodró kicsivel, hogy mit szabad és mit nem?

A generációs ellentétek iskolapéldája mindez. A megoldás pedig az, hogy a nagyszülők, ha már elmentek a szülők, tegyék azt, öltöztessék, etessék és foglalkozzanak úgy szemük fénye unokájukat, ahogy jónak látják.

Ezért is szeretnek a nagyszülőknél lenni a gyerekek.

A legkisebb kár

Amikor három évtizeddel ezelőtt egy szép napon beköltözhettem parányi házamba és pihenésképpen kimentem az épületnél alig nagyobb kertembe, örömmel nézegettem a megörökölt fenyőfáimat, ősöreg tujáimat. Akkor döntöttem el, hogy a kerítés mellé újabb tujákat fogok ültetni, hogy azok aztán télen-nyáron évtizedekig zöldelljenek és tegyék üdévé lakóhelyemet.

A következő tavaszon elültettem a félméteresnél alig nagyobb fácskákat a kertben. Igaz, sok évet kellett várni, de egyre szebbek, magasabbak lettek, jól takartak és a szomszédomat sem zavarták. Ilyen harmonikusan éltünk, én és a tujáim, mígnem két évvel ezelőtt gyanúsan barnulni kezdett az

egyik. Majd a másik és harmadik is. Tavaly aztán aprócska kertem egyik büszkesége, egy négy méter körüli, szép formájú és dús tuja halt meg hónapok alatt. Tehettem én bármit, ezen semmi sem segített. Esetem nem volt egyedi, mind több végét járó, vagy éppen már halott tuját láttam a kertekben.

Eleinte betegségre gyanakodtam, de ma már tudom, nem erről van szó. A minap aztán olvastam egy cikket erről, amelynek már a címe is elrettentő volt: Az összes fajta tujának lőttek? – kérdezte az írás kertész szerzője. Bár sokan nem akarják elfogadni ezt az állapotot és menteni igyekeznek a nagy vízigényű, a mind melegebb, szárazabb időjárásunkat nemigen bíró, olykor sok évtizedes kedvenceket, alig van esélyük a sikerre. A szakértő szerint a tuják ideje lejárt és helyüket új, a mediterrán éghajlatot bíró növények vehetik át.

A tuják végét jelző cikkel nagyjából egy időben látott napvilágot egy szakmai elemzés, amelyben nem kevesebb olvasható, mint hogy hazánk és a Balkán-félsziget országai sok térség és ország közül a legerőteljesebben melegedő területek és egyúttal a legnagyobb csapadékcsökkenést is szenvedik el. Vagyis az egyre forróbbá és szárazabbá váló nyarak fokozódóan súlyosabb nyári aszályokkal járnak és a téli bőséges csapadékra sem számíthatunk, mert már a telek is szárazabbak.

Kíváncsian lesem telente, hogy befagyott-e már a Velencei-tó, mikor lehet a biztonságosan vastag jégen korcsolyázni, jégvitorlázni vagy sétálva, csúszkálva élvezni a téli táj szépségét. Ha jól emlékszem ilyen jég legutóbb nyolc éve volt és ma már az is meglepő, ha egy-két hétig úgy-ahogy fagyottá válik a víz felszíne.

Sajnos az éghajlatváltozás ma már tény, még akkor is, ha néhány állami vezető a maga ki tudja milyen érdeke miatt tagadja is azt és akadályozza ezzel más nemzetek tenni akarását a klímaváltozás lassítása érdekében. De a szinte állandósuló erdőtüzek, a kiégett termőföldek látványa, az alig csordogáló folyók, a csökkenő vízszintű tavak, vagy éppenséggel a korábban soha nem ismert gyilkos villámárvizek, a kiszáradó őshonos fák és a legkisebb kárként a meghalt tuják látványa fel kellene, hogy ébressze a cselekvéshez hatalommal bíró emberek lelkiismeretét.

Elveszett nyugalom

- Mit jelent valójában ez a kifejezés? – nézett rám tanácstalanul az ifjú kolléga. – Én még sohasem használtam.

Akkoriban egy térségi televízió vezetőjeként pályakezdő fiatalokkal is dolgoztam, akiknek segítő szándékkal és persze a korrekt tájékoztatás érdekében is át-átnéztem az anyagaikat. Ahol szükséges volt ott csiszoltam a szövegükön és megbeszéltem velük a téma lényegi elemeit is. Egy ilyen alkalommal cseréltettem ki az egyik, már többször is szereplő kifejezést az uborkaszezon szóra. Ezzel okoztam zavart a kollégánál.

Nem sokkal később egy, a 20. század legelején íródott könyvet olvastam és bizony többször is az internethez, esetenként lexikonhoz kellett fordulnom segítségért, mert egyes szavak esetében csak sejtettem, másoknál meg egyáltalán nem tudtam a pontos jelentésüket. Tipikus példa mindez arra, hogy ami egykor a mindennapok beszédében közérthető volt, vagy amit ma természetesnek veszünk, az pár évtized után már talán csak keveseknek érthető. Ilyen gyorsan változik a nyelvünk. Velünk együtt.

Mindez arról jutott eszembe, hogy régebben nyaranta július közepétől, nagyjából augusztus végéig az újságírásban, az üzleti életben és a politikában uborkaszezon volt. Ma már nemigen használatos ez a kifejezés, pedig egykor ez idő tájt sokan megpihenhettek a nagy rohanásban, feltöltődhettek és felkészülhettek az ősszel folytatódó vagy kezdődő újabb feladatokra. Az üzletemberek nyaralni mentek, a politikusok is elengedték magukat, neves fürdőhelyeken öltöttek kosztüm és öltöny helyett laza viseletet és élvezték a nyár örömeit. Vagy saját nyaralójuk kertjében ejtőztek finom harapnivalók és üdítőitalok mellett napestig. Talán csak az újságírók szenvedték meg ezt az időszakot, amikor a hírínség mellett is napról napra újdonságokkal, színes olvasnivalókkal kellett ellátniuk a nagyérdemű közönséget.

Ma bezzeg van miről írni és erről leginkább a politika gondoskodik. Legalábbis mifelénk, ahol már a választásokat követően sincs viszonylagos

nyugalom, nyári szabadság, csak kampány van szavazástól voksolásig. Folyamatosan, négy éven át. Nem mintha ez örömteli lenne, hiszen azon túl, hogy a sajtó munkatársai hírekkel tudják ellátni olvasóikat, csak nyugtalanságot, feszültséget és ellenségeskedést kelt, vagyis még nyaranta, az egykori uborkaszezonban sincs megnyugvás.

Szeretek régi musical- és rockoperadalokat hallgatni és talán a túlfűtött politikai helyzet (mikor nincs az nálunk?) váltotta ki, hogy egy ideje folyamatosan a fülembe cseng sokunk kedvencéből, az István, a király című klasszikus rockoperából Gizella, I. István felesége panaszos dalának egyik sora: Jaj de unom a politikát…

Én is, ahogy rajtam kívül még nagyon sokan. Nem csoda, ha visszavágyjuk az egykori eseménytelen uborkaszezonokat.

Meglepő sorrend

Családunk e tekintetben nagyon nyugodt, mert párommal nekünk és gyerekeinknek már messze nem, míg a legifjabbjaink esetében még vagy másfél évtizedig biztosan nem kell idegeskednünk miatta. Ennek ellenére érdeklődéssel nézegettem az idei egyetemi felvételi adatokat, melyik szakra, szakmára hányan jelentkeztek és hányan örülhettek, hogy felvételt is nyertek. Azoknak az olvasóimnak, akik ugyancsak nem érintettek e témában elárulom, hogy négyből három jelentkezőt felvettek.

Mindez azért is érdekelt, mert kíváncsi voltam, hogy a mesterséges intelligencia (MI, angolul: AI) elképesztő térhódítása milyen módon alakítja át a mai kívánatos szakmák sorát és vajon a felvételi jelentkezésüket most beadott pályázók mennyire vették figyelembe, hogy az MI miatt előreláthatólag merrefelé megy a világ. Igaz, azt egyelőre még csak elképzelni sem lehet, hogy aki ma egy nem kétkezi szakmát választ, annak mondjuk a negyvenes, ötvenes éveit taposva miféle kihívások mellett és

tudás birtokában kell majd dolgoznia. És egyáltalán: lesz-e munkája, meghagyja-e azt neki a sokkal olcsóbb és megbízhatóbb munkaerő, a mesterséges intelligencia?

A legtöbben a műszaki informatikai területre jelentkeztek, majd a gazdaságtudományok és a pedagógusképzés következett. Negyedik legtöbb jelentkezőt a bölcsészettudomány, utána az orvos- és egészségtudomány képzésére vettek fel, míg a legkevesebben a társadalomtudományok iránt érdeklődtek.

Ha most egy kicsit eltekintünk az MI térhódításától, világformáló hatásától, amennyiben ezt manapság egyáltalán még megtehetjük, akkor érdemes összevetni a No Fluff Jobs nemzetközi állásportál megbízásából végzett, a minap megjelent kutatás adatait az egyetemi felvételt nyertek jövőbeni szakmájával. A kutatásból ugyanis az is kiderül, hogy mennyire megbecsült egyik vagy másik szakma az emberek körében.

A felmérés alapján idehaza a legtöbb tisztelet az orvosoké, ápolóké, tanároké. Meg is érdemlik. Őket követik a társadalmi megítélésben a rendőri, gazdálkodói, majd a könyvelői, programozói területen dolgozók. Némi ellentmondás, hogy míg ezúttal is nagyon sokan jelentkeztek jogra, az ügyvédek munkáját a többség hasznosnak, ám közel sem kiemelten fontosnak tartja. Nyilván az első olyan ügyig, amikor a szabadságukat, vagyonukat kell megvédeni. Közíróként nagyon rossz szájízzel írom le, hogy a véleményt alkotók, úgy nagy általánosságban az újságírókat, marketingeseket és leginkább az influenszereket erősen megosztóknak tartják.

Amennyiben ezek ismeretében nézzük, hogy a most felsőfokú tanulmányaikhoz felvételt nyertek milyen szakterületen szereznek majd tudást és képesítést a jövőbeni munkájukhoz, a gyógyítókat, nevelőket, rendőröket, gazdálkodókat és talán még a mérnököket, esetleg – de itt már erősen rezeg a léc – az informatikusokat leszámítva a többiek helyében én komolyan aggódnék.

Jóslás helyett egy csepp vér

- Mondd – nézett rám kérdően a szépséges ifjú hölgy a részemről egészen másként tervezett randevúnkon –, te kíváncsi vagy rá, hogy meddig fogsz élni?

A Margit-szigeti padon ülve, a leány kezét fogva és a reménybeli folytatáson elmélkedve az adott pillanatban éppenséggel nem az életem hossza foglalkoztatott. Az emberek nagy általánosságban kíváncsiak a jövőjükre, de ha valamilyen technológia, nagy tudású kütyü segítségével vagy hitelt érdemlő jósnői jóslás nyomán kiderülne, hogy mennyi az annyi, hát lehet, hogy összeomlanának és másnap már felkelni sem lenne kedvük.

A velem megesett réges-régi történet akkor jutott eszembe, amikor olvastam, hogy kutatók kifejlesztettek egy módszert, amellyel egyetlen csepp vérből vagy nyálból meg lehet állapítani a belső kapacitást és az életkorral járó hanyatlást. A tudósok szerint a teszt az öregedés folyamatának követésére, a mentális, vagyis szellemi és értelmi, továbbá a fizikai funkciók fenntartását célzó beavatkozások megtalálására is felhasználható.

Hogy egy kicsit elmélyüljünk a tudományban, leírom, hogy a belső kapacitást a WHO úgy határozza meg, mint minden fizikai és mentális képességet, amelyre egy személy támaszkodhat. Ebbe beleértik a gondolkodást, járást, látást, hallást és emlékezést. Miután az ember nem gép, vagy jó anyagokból összerakott robot, a belső képességeit többek között olyan tényezők is befolyásolják, mint a sérülések, betegségek, az életkorral járó változások. A Nature Aging folyóiratban megjelent tanulmány szerzői megállapították, hogy a DNS-metiláció – egy olyan biológiai folyamat, amely magyarázatát nem írom le, mert nem értem – vérmintákban történő mérése hatékonyan jelzi előre az összes okból bekövetkező halálozást.

Még csak annyit hozzá, hogy a teszt megmondja hány évesek vagyunk, meg hogy milyen jól öregszünk. És mint kiderült, a várható életéveink számát is. Ítéljenek el ezért, de én semmiképpen sem szeretném tudni, hogy megérem-e még ennek az írásnak a közzétételét, vagy a következő születésnapomat, netán unokáim érettségizését, hát még a családalapítását.

Mert mi is történhet egy emberrel, akinek a vérmintájából csak néhány

hónap földi lét derül ki, vagy, hogy bátran égesse két végéjén élete gyertyáját, hiszen így is elélhet még pár évtizedet? Az első derék polgárnak már a vacsorától is elmegy a kedve miközben egyre csüggedtebben kezdi sajnálni önmagát és számolgatni, hogy mire futja még a hátralévő, elkeserítően rövidke életéből, a másik meg bizonyára hatalmas ünneplésbe kezd és hosszútávú terveket sző. Aztán persze vagy bejön a csepp vérből készült elemzés igazsága, vagy nem.

Úgy gondolom, hogy jobb, ha az ember nem ismeri az élete hosszára vonatkozó előrejelzéseket. Inkább hinni kell abban, hogy minden a legjobb lesz.

Meg amúgy is: mi mást tehetnénk?

Mi így élünk

Éppen nekiláttam volna a cég ebédlőjében a levesemnek, amikor barátom és munkatársam az asztalomhoz telepedett. Felnéztem és először vadonatúj kitűzőjére esett a tekintetem. A kisebb süteményes tányérnak is beillő tárcsán büszkén állt a kinyilatkoztatás: Én nem haldoklom, én így élek.

Akkor jót nevettünk a jópofa feliraton, de sajnos a viccesnek szánt szöveg gyorsan idejétmúlttá vált. Egykori élsportoló barátom elnehezedett, hatalmas teste és számtalan régóta magával hurcolt betegsége előre vetítette a fekete jövőt. Így ő már jó ideje nincs velünk, de ez a történet és még számtalan együtt megélt jó pillanatunk ma is kedves emlékké teszi őt.

A minap egyik ismerősöm kérdezte, hogy újságíróként hogyan jellemezném azt, amiben élünk? S miután nem akartam hosszas fejtegetésbe fogni, rávágtam: mi nem haldoklunk, mi így élünk. Ezzel ott nagyjából be is fejeztem korunk elemzését.

Később azért elgondolkodtam, hogy vajon az az élet, amit ma a többség Magyarországon megél, jellemezhető-e barátom egykori szlogenjével? Arra jutottam, hogy igen, mi tulajdonképpen haldokolva élünk. Pedig teljhatalmú egyszemélyi vezetőnk és mindazok, akik őt önös érdekből, esetleg

meggyőződésből követik, kiszolgálják, saját gazdagodásuk, kiváltságaik biztosítása mellett a közemberek életét is jobbá tehették volna. A hatalomban nekik eddig megadatott sok év alatt ugyanis bőségesen lett volna erre lehetőségük, és ha így tesznek, akkor hazánk ma nem lenne a gazdaságban, jogban, demokráciában az unió egyik leggyengébb és legszegényebb láncszeme.

Jó ideje nyugdíjasok százezrei mondhatják magukról, hogy ők nem haldokolnak, nekik így kell élniük. Minden hónapban egyre szegényebben, a mind kevesebbet érő nyugdíjukból. De nem jobb a dolgozók sokaságának helyzete sem, akik a statisztika által kimutatott sok-százezres átlagos havi jövedelem ellenére jó, ha annak akárcsak felét is hazavihetik. Aztán jobban közelít a tömeges haldokláshoz, mint a békés, nyugodt élethez a rengeteg gerjesztett gyűlölet, a megosztottság, a már csak a – többségükben mélyen alulfizetett – gyógyítók elhivatottságának köszönhetően működő, de a teljes összeomlás határán egyensúlyozó egészségügyi ellátórendszer vagy a kórházi állapotokra hajazó vasúti közlekedés. Aztán ugyebár itt van még a gazdaság és önkormányzatiság lepusztítása, a jogállam, jogbiztonság felszámolása, az oktatás alacsony színvonala, a pedagógusok gyenge megfizetettsége, kordában tartása, az ezer sebből vérző szociális ellátás, a nemzeti bank igen sok száz milliárdjának – büntetlennek tűnő – ellopása, a megszerezhető euró milliárdok elherdálása, vagy veszni hagyása, és mindennek tetejébe a mindent még tovább rontó, csökkenni alig akaró infláció.

Ezek ellenére mi mégsem haldoklunk. Csak így élünk.

Csak egyetlen másodperc

Néhány évtizede azt találtam mondani, hogy kár is beszélni az én korosztályom esetében a nyugdíjról, mert mire mi nyugdíjasok lennénk, már nem lesz ilyen ellátás. Szerencsére nagyot tévedtem. Olyan-amilyen és arra elég, amire, de van.

Látszólag semmi köze sincs a magyar nyugdíjak meglétének a világvégéhez, hacsak az nem, hogy valami, ami ma van, egy idő után már nem létezik majd. Jelen esetben az emberiség. Sokakkal ellentétben úgy gondolom, hogy az emberiség szinte mindent túl fog élni és lesz élet a világvégének nevezett korszak után is. Nagyon más, mint a mai, de lesz.

Pár hónapja jelent meg az Atomtudósok Közlönyének elemzése, miszerint az emberiség pusztulásának közelségét jelképező világvége órát egy másodperccel előre, éjfél előtt 89 másodpercre kellett állítaniuk. Ilyen közelire időpontra még egyetlen évben sem tették a szakértők a világvégét.

Az atomtudósok szerint a nukleáris fenyegetések, a biológia és a mesterséges intelligencia terén lehetséges visszaélések és nem utolsósorban az éghajlatváltozás voltak a kulcsfontosságú tényezők. A világ atomtudósait összefogó chicagói székhelyű nonprofit szervezet, a Bulletin of Atomic Scientists (BAS) tudományos és biztonsági tanácsának elnöke, Daniel Holz kijelentette, hogy mindez nagyon komoly figyelmeztetés a világ valamennyi vezetőjének.

Az emberiség létének képzeletbeli napján, első alkalommal 1947-ben, még éjfél előtt hét percre állították az óramutatót. Tavaly még 90 másodpercen hagyták a mutatót, de a tudósok azzal, hogy az órát idén egy másodperccel éjfélhez közelebb tolták, komoly jelzést küldtek az illetékeseknek. A szakemberek szerint ugyanis egy elhamarkodott döntés, baleset vagy téves számítás miatt a bármikor nukleárissá válható ukrajnai, közel-keleti háború, a sok helyi konfliktus, a látványos fegyverkezés és az éghajlatváltozás miatt a világ mára veszélyesen közel került a globális tragédiához. Már egyetlen másodperces időcsökkentést is szörnyű katasztrófák jelzésének kell tekinteni.

Az atomtudósok kockázati tényezőként említették a hamis információkat az összeesküvés-elméletek terjesztését. Ma némi informatikai tudással bárki képes lehet fake news-okat (álhíreket), deepfake-eket (a valódihoz megtévesztésig hasonlító valótlan hang- vagy videós tartalmakat) készíteni, amelyekről egyre nehezebb megmondania, hogy azok valóságosak-e, vagy álhírek.

A világszerte tapasztalható megélhetési nehézségek miatt, mifelénk a lassan kibírhatatlan infláció, a tömeges elszegényedés, az államilag gerjesztett gyűlölködés, kirekesztés, a naponta változó és sokakat korlátozó jogszabályok okán is egyre rosszabbodó életminőséggel küzdve keveseket

foglalkoztat a világvége közelségét jelző mínusz egy másodperc.

Pedig a legtöbb embernek van, vagy lesz gyereke és remélhetőleg unokája is. Rájuk is gondolniuk kellene.

Mint a mormota

- Jó lenne átaludni ezt a pár napot – mondta egyszer egyik ismerősöm, akinek gondjai támadtak a munkahelyén. Jól gondolkodott, mert a dolgok olykor az idő múlásával maguktól is megoldódnak, vagy kiderül róluk, hogy elévültek, de leginkább az, hogy eredetileg sem voltak fontosak, csak a résztvevők csináltak ügyet belőle.

Sokan érzik úgy telente, hogy jó lenne a sötét, hideg, kellemetlen napokat átaludni. Ahogy teszi például a medve, jó néhány kisemlős, rovar vagy hüllő. Eddig azt tanultuk, hogy ez csak egyes fajok sajátossága, de a minap a Livescience tudományos portálon azt olvastam, hogy mindez nem lehetetlen az ember számára sem, ugyanis genetikusan alkalmasak vagyunk rá. A tudósok állítása szerint az ember kiaknázatlan képességekkel rendelkezhet a hibernációval kapcsolatban. S hogy ide idézzem a lényeget, a téli álmot alvó élőlények bizonyos génekre támaszkodnak anyagcseréjük beállításához, amikor belépnek ebbe az egyedülálló, alacsony energiaszintű állapotba. A tudósok biztosak benne, hogy az emberek valójában hordozzák a téli álomhoz kapcsolódó DNS-t.

A tudományos hír és kutatás részleteit bárki megtalálhatja az említett portálon, ha a lényegére kíváncsi. Engem a cikk elolvasása után erősen foglalkoztat a gondolat, hogy vajon milyen világban élhetnénk, ha bármikor, nem csak télen, de akár nyáron is képesek lennénk magunkat hibernálni. De vajon mi mindenről maradnánk le, ha úgy alhatnánk el, mint a mormota, amelyik a kotorékjában hat-hét hónapon keresztül is szunyókál, vagy a medve, amely állat a tél elejétől a tavasz kezdetéig durmol?

Ha három-négy hónapra kivonnák magunkat a forgalomból és átszundítanánk a telet, vagy a legkellemetlenebb napokat, akkor néhány rossz dolog mellett sok jóról, evésről, szórakozásról, szerelemről is

lemaradnánk. Ráadásul mindig lennének olyanok, akik kötelességüknek éreznék, hogy ébren maradjanak és míg mi alszunk, ki tudja mi rosszra vetemednének. Így aztán amikor felébredve, még álomittasan újra indulnánk, meglehet, egy egészen új világhoz kellene alkalmazkodnunk.

Amennyiben viszont kollektíven hibernálná magát évente akár csak pár hétre is az emberiség, addig nem lennének háborúk, éhínség, gonoszság a földön. És talán még a magyar élelmiszerárak növekedése is megállna eközben. De jaj, ha a tudósok kidolgozzák, hogyan lehet aktiválni a téli álom előidézésért felelős géneket az emberben, mi lesz a politikusokkal? Azokkal, akik a választási sikerüket követően már másnap az évekkel később esedékes újabb voksolás megnyeréséért és ezzel hatalmuk biztosításáért kampányolnak?

Amilyen találékonyak az emberek, még ezt is megoldanák, mondjuk az alva tanulás módszerével. Csak hogy el ne felejtsék a népek, kiknek köszönhetnek minden jót és kiket kell majd ébren vezetőkké választaniuk, egy gépi hang folyamatosan azt suttogná a fülekbe:

Csak a…

Asszony, kánikulában ne bosszantsd a férfit!

Azt nagyjából eddig is tudtuk, hogy a többnapos ünnepek olyan veszélyeket hordoznak magukban, mint például a családi veszekedéseket, durcás haragszomrádot, egy-egy elcsattanó pofont az asszonynak, gyereknek és talán elvétve komolyabb veréseket is. Említhetjük a karácsonyra készülődést, amely a többség számára a legszebb és legmeghatóbb családi és persze egyházi ünnepünk. Ilyenkor leáll szinte az egész ország és az emberek szeretteik körében töltik a napokat.

A statisztikák szerint ekkortájt gyakoribb a családon belüli erőszak, mert az összezártság és az ünnepi előkészületek feszültsége miatt simán egymás idegeire mennek a dolgos hétköznapokon kevesebb idejüket együtt töltő párok. Most meg az derült ki, hogy a hőség kiváltotta párkapcsolati zűrök mennyisége vetekszik a karácsonyéval.

Magyarország a lexikonok szerint a mérsékelt övezetben helyezkedik el és a nagy hőmérséklet-ingadozásával, a négy évszakjával kontinentális éghajlatúnak számít. És tartottuk annak mi, az ország lakói is, de jó ideje

azt érezzük, hogy őszeink és tavaszaink mindinkább csak furcsa átmenetet képeznek a tél és a nyár között, vagy ahogy az utcán beszélgetve emlegetjük, már megint elmaradt a tavasz. Sokan már mediterrán éghajlatúnak tekintik hazánkat és ha a mind szárazabb Alföldre gondolunk vagy az egyre gyakoribb és alig elviselhető kánikulai napok növekvő számára, az enyhébb telekre, talán van is benne igazság.

A minap egy ökológiával foglalkozó francia portálon olvastam, hogy a hőhullámok idején 28%-kal nő az ekkor végrehajtott nőgyilkosságok száma. Az ENSZ áprilisban közzétett jelentése szerint a globális hőmérséklet minden 1°C-os emelkedése a családon belüli erőszak 4,7%-os növekedésével jár világszerte. Ez a szám félelmetesen nagy. Mint kiderült, élettani változások váltják ki ilyentájt a férfiakból az agressziót. Más tanulmányok a fokozódó hőség miatt növekvő pulzusszámmal, vérnyomás-emelkedéssel és a stresszhormon, a kortizol szintjének emelkedésével magyarázzák mindezt. A kutatók szerint ezek a hatások egyeseknél ingerlékenységet, romló önkontrollt és a frusztrációtűrő képesség csökkenését idézik elő. Arról egyébként nem szól a híradás, hogy vajon a nők hogyan viselkednek a férfiakkal szemben hőség idején. E téren személyes tapasztalatainkra kell hagyatkoznunk.

Miután ideje alkalmazkodnunk az éghajlatváltozásra, a légkör felmelegedésére és az ezzel járó életmódváltozásra, a szakembereknek, egyes államok vezetőinek erre is fel kellene készíteniük országaik lakosait és olyan programokat, speciális mentális tréningeket ajánlani, amelyek csökkentenék a hőség kiváltotta ingerlékenységet.

A bíróságon igen gyenge kifogás lesz, ha az asszonygyilkos így védekezik: aznap nagyon meleg volt.

Nem hiszik, hogy megélik

Egy amerikaiaknak tulajdonított mondás szerint az élet akkor kezdődik, amikor a gyerekek kirepültek és a kutya is megdöglött már. De vajon ez a sarkosnak tűnő vélemény mennyire felelhet meg a magyar mentalitásnak és különben is, számítunk mi egyáltalán idősebb kori életünkre? Egy 32 országra kiterjedő felmérés során a megkérdezettek 57%-a mondta azt, hogy egyáltalán nem várja izgatottan az öregkort. A magyar hozzáállás az öregkorhoz ennél is sokkal elkeserítőbb.

Ahogy a kutatást végző Ipsos közvélemény-kutató cég hivatalos oldalán olvasható, az ENSZ előrejelzése szerint 2030-ra minden hatodik ember 60 éves vagy ennél is idősebb lesz a világon. Ez több jóval mint 1,3 milliárd embert jelent. Leszámítva a mélyszegény, vagy kemény diktatúrában élő, netán háborúzó országok polgárait, mindez a modern orvostudománynak, a jobb táplálkozásnak, gyógyszereknek köszönhető. Az emberek egyre hosszabb életre számíthatnak, miközben világszerte tapasztalhatóan csökken a termékenységi arányszám is, vagyis mind kevesebb gyerek születik. Ez, a várható hosszabb élettartammal együtt okozza, hogy öregszik a világ népessége.

A kutatók azt vizsgálták, hogy az egyes országokban élők mikortól tekintenek valakit öregnek. A megkérdezettek vélekedése szerint az öregkor átlagosan 66 éves korban kezdődik. Egy minapi hír szerint a magyar fiatalok már egyáltalán nem számítanak nyugdíjra és ha lesz is valamilyen ellátásuk, az aligha lesz elegendő a normális élethez. De nem is érdekli őket, mert az említett közvélemény-kutatás adatai szerint Magyarország az egyetlen ország, ahol az emberek általában úgy gondolják, hogy ők valószínűleg nem, vagy éppen csak eljutnak az öregkor kezdetéig, vagyis talán megélnek legalább 65 évet. E döbbenetes véleménnyel szemben a 32 ország átlagában az emberek 12 évnyi öregkorra számítanak és úgy gondolják, hogy legalább 78 éves korukig fognak élni, sőt a filippínók és indonézek még ennél is többre, 17 évnyi öregkorra számítanak.

Ennyit hát a kutatásról és igencsak elgondolkodtató, hogy vajon mi okozza a magyaroknak a legtöbb országétól jóval alacsonyabb születéskori várható élettartamára és a saját élethosszukra vonatkozó pesszimista várakozásukat.

Nyilvánvalóan a mesterségesen gerjesztett rossz közhangulat, a hétköznapokat is mérgező általános gyűlölködés, a tömeges elszegényedés, a politika kiváltotta megosztottság, a fokozott stressz, lét-és

jogbizonytalanság, gazdasági nehézségek, a jövőkép-nélküliség erősen hat az emberek mindennapjaira. Miután nehéz letenni a lakás ajtaja előtt a napi gondokat, azok feszültsége jócskán kihat a magánéletre, párkapcsolatokra, gyereknevelésre. Nem véletlen a fiatalok negatív véleménye, mert ők évtizedek óta ebben mérgező légkörben nevelkednek és válnak felnőtté.

S hogy mégis hogyan élhetnénk mi is tovább? Ideje lenne kitalálnunk.

Céllövölde, kézigránát

Tisztességgel teljesítettem a kétéves sorkatonai szolgálatomat. Nem tegnap volt mindez, de arra jól emlékszem, hogy gyűlöltem még csak megfogni is a fegyvereket. Tudom, hogy ez ellentmondásban van a katonaság lényegével, de hát mit tegyek, ha utálok lövöldözni és még a filmeket sem nézem inkább, ha túl sok fegyver és áldozat van a képernyőn.

Még akkor sem vonzott a célba lövés, amikor a Vidám Parkba vezetett a jó sorsom, vagy amikor a fiamat vittem oda, hadd lásson világot a gyerek. Ennek ellenére honvédként lőttem célba géppisztollyal, álltam őrt nagyon sok órán át a vállamon e fegyverrel és még kézigránátot is hajítottam. Na nem éleset, mint a köztisztviselők a minap, csak gyakorlót, de az sem tetszett. Messze előbbre tartom a tárgyalást az erőfitogtatásnál, a még elfogadható megegyezést a bombázásnál, az építést és kereskedelmet a rombolásnál. Nekem már az is sok volt, amikor hazám egykori vezetői békeharcról papoltak. Mert, ha harcolni kell a békéért akkor az csak szenvedést. pusztulást és mérhetetlenül sok halált jelent, míg a béke maga az élet. És ha élet van, minden van. Vagy legalábbis lehet.

Ma választást lehet nyerni azzal, hogyha valaki kijelenti, hogy ő békepárti, míg a másik meg háborút akar. Én, a magyarok igen nagy többségével együtt, tényleg békepárti vagyok, a küzdősportokat is csak a sport jellegük miatt nézem és gyermekemet sem a harciasság, hanem az önvédelem elsajátítása okán vettem rá, hogy járjon ilyen edzésekre. Nyilván újságíróként, edzőként leírtam, használtam a harc és küzdelem szavakat, de

ha beszédet kellett mondanom valahol, akkor mondandómat sohasem uralták nagy egymásutániságban olyan kifejezések, mint például a harcosok, háború, küzdelem, csata, ellenség, megszállás, támadás, hadjárat és így tovább.

Nem mondanék ilyent túl sokszor, mert olvasóim, hallgatóságom előtt hiteltelenné válnék, mint békét akaró. Még azzal sem biztatnám azokat, akik hisznek a békepártiságomban, hogy „… én csak akkor tudok segíteni, hogyha önök fegyvert adnak a kezembe. Én nem leszek rest azt előrántani. Lövök én mindenre, ami mozog, meg suhintok oda, ahova kell…” Nem mondom, ha a családomat, hazámat érné gyilkos agresszió, vélhetően félretenném a békés énemet, de csak úgy, hatalomért, mások vagyona, otthona elcsaklizásáért sohasem ragadnék fegyvert.

Még, mert a becsületes ellenfelet tisztelem, azt sem mondanám, ahogy azt a fentebb már idézett igen neves vezető mondta: „akkor kell megölni politikai értelemben az ellenfelet, amikor erre lehetőséged van”. Így aztán inkább keresek magamnak egy békésebb szókészletet. Például: békeajánlat, békejobb, békeállapot, világbéke.

Hátha békésebb lesz tőle az életünk.

Gaztett sem kell, elég a véletlen

Felvérteztem magam lexikonokkal, helyesírási-, szinonima-, idegen szavak és kifejezések szótáraival. Nagyjából így láttam a nyolcvanas években egy-egy cikk megírásához és igencsak körülményes volt, ha valamit le kellett ellenőriznem. Persze akkortájt sokkal jobban hagyatkoztunk ismereteinkre, emlékezetünkre, tanulmányainkra, mint manapság, amikor pár kattintással bármit megtudhatunk.

Sokszor jut eszembe, hogy hogyan is voltunk képesek dolgozni, egyáltalán létezni internet és okostelefon nélkül? Ahogy az is, hogy milyen volt, amikor közel három évtizede a tévé szerkesztőségben, amelyet akkoriban vezettem, megismertettek az internet használatával. Akkor, mint

oly sokan mások is a kezdetekkor, alig értettem belőle valamit. Aztán sok millió honfitársamhoz hasonlóan rendszeres felhasználó lettem. Ma meg már nehezen tudom elképzelni, hogy visszatérjek a korábbi, internet előtti világomba. Nemrégiben ugyan ízelítőt kaptunk abból, hogy mi van, mi lesz velünk, ha leállnak a nagy állami online felületek. Amikor napokra összeomlottak az állami bürokratikus rendszerek megtapasztalhattuk, hogy milyen kiszolgáltatottak vagyunk. Orvosi vizsgálataink kérdésessé, receptjeink kiváltásai lehetetlenné váltak, nem tudtunk belépni az Ügyfélkapu, vagy DÁP felületére és ez megakadályozta hivatali ügyintézéseinket, valamint sok más fontos és rendszeres tevékenységünket.

A Nemzeti Média- és Hírközlési Igazgatóság honlapján elérhető annak a felmérésnek az eredménye, amelyből újkori szokásainkkal szembesülhetünk. Például megtudhatjuk, hogy a 2014 utáni évtizedben hogyan csökkent az asztali gépek száma a mobil eszközök sokasodásával szemben, vagy hogy a tíz évvel ezelőtti 39 százaléknyi okostelefon-használatból hogyan lett tavalyra 82 százalékos arány. Ahogy azt a sajnálatos tényt is megismerhetjük, hogy a 70 év felettiek majd' hetven százaléka kimarad korunk hatalmas vívmányainak használatából.

Ha már itt tartunk érdemes arról is beszélni, hogy mennyi időnket veszi igénybe, vagy rabolja el más tevékenységektől a netezés. Nos 2024-ben átlagosan naponta 4,2 órát töltöttünk internetezéssel. A legtöbbet, 5 órát a Z generáció tagjai, ők azok, akik már a digitális technológiák korában szocializálódtak és bizonyára nem meglepő, hogy a most 61 és 80 év közöttiek, a baby boomerek „csak" 3,7 órát interneteznek naponta.

Párommal, aki az állam internetes hivatali rendszereinek használata nélkül ma már nem tudná végezni a munkáját, gyakran beszélünk arról, hogy mi történne, ha nem csak a magyar állami elektronikus ügyintézések, de az egész digitális világunk omlana össze. Például, ha egy hatalmas napkitörés okozta geomágneses vihar, természeti katasztrófa, szabotázs, vagy valami más miatt hetekig, hónapokig nem működne az internet.

Jó lenne, ha nem kellene megtapasztalnunk.

Korhelyek rémálma

Vannak dolgok, amelyek összetartoznak. Ilyen a tavasz és a virágzás, a havazás és a hólapátolás, a sok munka és a fáradtság, a harag és a stressz, a nagy gazdagság és a gőgösség, a politikai hatalom és a torzult személyiség. De ide sorolhatjuk a fociban a gólt, amely önfeledt örömmel, vagy reményvesztettséggel jár, a dohányzást a borítékolható betegséggel és a szerencsejátékot a vele járó függőséggel is. Említhetjük továbbá még a bódulat és az alkohol együvé tartozását is.

Nem is olyan bonyolult a világunk, gondolhatnák, ha nem tanultuk volna már meg, hogy semmi sem olyan, mint amilyennek elsőre látjuk. Mert például a sört már sokan csak akkor isszák, ha alkoholmentes és mint a minap kiderült, egyre inkább a bor is a sör útjára lép. Pedig ez ma még nehezen értelmezhető, mert vajon az alkoholmentesség hogyan alakítja a hangulatot egy baráti összejövetelen, családi ünnepen, ahol lelkesen koccintgatnak egymás egészségére és iszogatnak a résztvevők?

A borászatokat a borkedvelők borvidékenként, vagy éppen a borászat alapítójának nevével is nyilvántartják. Tudják az egyes borok jó tulajdonságait, simán sorolják azok íz, illat és aroma sajátosságait, sőt még az italok alkoholfokát is. Vagyis tették eddig. Sokakat valószínűleg meglep, de egy ideje komoly termelői- és élvezői köre alakult ki a hazai alkoholmentes boroknak. Mert, ahogy nemrégiben megtudtam, egyre nagyobb igény mutatkozik olyan italokra is, amelyek ugyan megőrzik a borozás kellemes hangulatát, miközben a hegyek levei mentesek az alkoholtól. Mint azt egy szakcikkben olvastam, az alkoholmentes borok és pezsgők egyre inkább teret nyernek és sok más ország után itthon is helyet követelnek maguknak a kulináris élményeket kínáló italok sorában.

Az alkoholmentesített borok nem azonosak az alkoholmentes italokkal. Ezek ugyanis valódi borok. Ugyanúgy végigmennek a szőlőtermelés- és feldolgozás, majd az érlelés folyamatán, hogy aztán egy ponton a modern technológia segítségével eltávolítsák belőlük az alkoholt. Amikor a borivó megkóstolja a nedűt, annak már legfeljebb csak félszázaléknyi lehet az

alkoholtartalma. Azért ne aggódjon senki, a bor ettől még teljes értékű ital, olyan, amely megőrzi jellegzetes egyéniségét. Ugyanígy készülnek a márkás alkoholmentes pezsgők is, de tévedés ne essék, ezekkel még csak köszönőviszonyban sincsenek a gyerekbulik alkoholmentes kölyökpezsgői.

Gondolom velem együtt sokan igencsak boldogok lennének, ha e mentesség sok más területen is megvalósulna. Például a gyűlöletmentes közbeszédben, az inflációmentes forintnál, a várólistamentes egészségügyben és így tovább. Ilyen légkörben már fel sem tűnne, ha egy kiváló vacsora utáni bor vagy a pezsgő is mentes lenne.

Mármint az alkoholtól.

Vadnyugat két keréken

Fél évszázadnál is régebben vezetek és mindeddig elkerültem, vagy talán inkább elkerültek a balesetek. Egy apró koccanásom volt még az első ezer kilométeremen belül – tipikus friss jogosítványos hiba – és egyszer ütköztem egy itáliai városban egy elém bevágó derék olasszal, aki minden tény ellenére engem vádolt a baj okozásával, de sajnos csak ő tudott olaszul szót érteni a gyorsan ott-termő rendőrökkel. Eddig visszafogott számításaim szerint is már túl járok a háromnegyed-millió kilométeremen és igen kevés alkalmat leszámítva sohasem féltem a magam irányította autóban.

Az elektromos rollerek megjelenése óta viszont mind gyakrabban aggódom, hogy nem veszem észre az önveszélyes rollerezőt és fellököm, áthajtok rajta, vagy valami más szörnyűség történik kettőnk között. Nem jobb a helyzet gyalogosként sem, mert például, amikor Budapesten a város egyik forgalmas útján kilépek egy ház kapuján nemegyszer úgy húz el előttem a járdán a vakmerő elektromos rolleres, hogy csak a vakszerencsének köszönhetem, hogy nem üt el. Pedig az vélhetően neki is nagyon rosszul esne.

Ha már az esésnél tartunk, megdöbbentően rossz statisztával bírnak a rollerek használói. A helyzetet leginkább a filmekből ismert vadnyugati állapotokkal jellemezhetem, amikor a törvények, szabályok meglehetősen egyediek voltak és gyorsan érkezett minden nézeteltérésre a bosszú, a súlyos sérülés, vagy a halál. Manapság ugyanis mindennapi hír, hogy egy merész rolleres súlyos sérülésekkel járó balesetet szenvedett.

Amikor valaki egy elektromos rollerrel karambolozik vagy úthiba miatt nagy hirtelen megálló járművéről arccal előre lerepül, teljességgel védtelen és így borítékolható a komoly sérülése. A korszerű elektromos rollerek villámgyorsak, a vezetőik egy csöppnyi felületen állnak és súlypontjuk magasan van. Nem kell sok képzelőerő ahhoz, hogy mi történik egy hirtelen megálló eszközön utazó sok kilós testtel. Az illető a mozgási energiájának köszönhetően repülve folytatja útját egy darabig. Talajt érve aztán törnek, amik csak törhetnek, a koponya, arccsontok, végtagok. Az útburkolat lenyúzza a bőrt a testről és még jó, ha az illető ennyivel megússza. Ha pedig mindez egy autóval, motorkerékpárral ütközés következménye, még akkor is számtalan stresszel, vizsgálattal, kellemetlen ügyintézéssel, károkkal jár a baleset a másik fél számára is, ha ő teljességgel vétlen az ügyben.

Mindezek alapján sokan azt hihetnék, hogy rollerellenes vagyok, pedig ez nem igaz. Nagyon is a jövő egyik kis környezeti terheléssel, és sok más haszonnal járó közlekedési eszközének tartom, amit már aligha lehet betiltani. De nem is ez a megoldás, sokkal inkább a parányi járművek sebességének korlátozása, a rollerezők védőfelszerelésének megkövetelése és útjuk, helyük szabályozása a mindennapi közlekedésben.

Addig viszont marad a közúti vadnyugat.

Feleannyi is sok lenne

- Ez nem normális!

Vajon csak egyetlen hét alatt is hány alkalommal mondjuk ki, vagy gondoljuk valamelyik embertársunkról, hogy baj van a fejével? És többnyire mindez nem annyira az észbeli képességeire, mint inkább a viselkedésére vonatkozik. Ilyen véleményt alkotunk (meglehet, ő meg rólunk) a boltban lökdösődő vásárlóról, a járművön tolakodó, ránk morduló utastársunkról, a határozatlansága miatt szorongó munkahelyi vezetőnkről. Nincs ez másként a mindig borús hangulatú, maga körül a levegőt is megfagyasztó családtagunkkal, ismerősünkkel sem. Ők azok, akik valamilyen mentális problémával küzdenek.

A minap jelent meg az Egészségügyi Világszervezet, a WHO jelentése,

amely szerint világszerte több mint egymilliárd ember küzd mentális egészségügyi zavarokkal. Ez azt jelenti, hogy a 8,2 milliárd emberből minden nyolcadik embertársunkat, köztük talán minket is sújt a szorongás és a depresszió.

A mentális egészségügyi problémák nem csak néhány országot, korosztályt, társadalmi réteget, vallási, vagy más közösséget érintenek. A probléma sokkal mélyebb és szerteágazóbb, mint hinnénk és a kiváltó okai is igen sokrétűek lehetnek. Érint gazdagot és szegényt, képzettet és tanulatlant egyaránt. Ahogy a WHO jelentése közli, mára a mentális egészségügyi problémák a hosszú távú rokkantság második vezető okává váltak. Ha a világszervezet számait vesszük figyelembe, azt, hogy a Földön élő emberek közül minden nyolcadikat érinti e baj, akkor ez arányaiban azt jelenti, hogy Magyarországon hozzávetőlegesen 1,2 millió társunk küzdhet valamilyen szinten e betegséggel. Iszonyatosan nagy számok ezek, bízzunk benne, hogy erősen eltúlzottak, hiszen még feleennyi is sok lenne.

A világszervezet adatai szerint a mentális egészségügyi zavarok, leginkább a szorongás és a depresszió, valamint a pszichoszociális – a társadalmi szerepvállalást korlátozó – problémák sokkal nagyobb arányban érintik a nőket, mint a férfiakat. Igen sajnálatos tény, hogy az említett mentális zavarok világszerte évente több mint 720 ezer ember öngyilkosságához vezetnek és még szomorúbb, hogy közöttük nagyon sok a fiatal.

Meglehet, hogy mifelénk látványosan javítana a helyzeten, ha jobbak lennének a közállapotok, ha nem vált volna országossá a politikai érdekekből szított gyűlölködés, ellenségeskedés és megosztottság, ha sokkal több szakember és pénz jutna gyógyításra, ha sokkal nagyobb lenne a létbiztonság, ha lenne az emberek előtt valódi jövőkép is. A mentális zavarok betegségek, tehát a kezelésükhöz még ezeknél is több, más is kell.

De, hogy a felsoroltak javítanának a helyzeten, az nem kétséges.

Külön, hogy együtt maradjanak

Számtalan olyan tabutéma van, amelyről még a legközelebbi barátainknak sem szívesen beszélünk. Ilyenek például a vécézési, tisztálkodási szokásaink, a család által már megszokott, elfogadott, de a kívülállóknak talán furcsának ítélhető otthoni viselkedési, öltözködési szokásaink. Vagy, és talán ezeket hozzuk a legritkábban szóba, a szexuális, vagy alvási szokásaink. Például az, hogy együtt, vagy külön alszunk-e a párunktól.

Sok kultúrában megszokott és talán elvárt is, hogy a feleség a férjjel közös ágyban aludjon. Ennek számtalan haszna van, erősíti a párkapcsolatot, az együvé tartozást, a megfelelő azonosulást és persze az ilyen körülmények között gyakrabban ébredő szexuális vonzalmat. Ugyanakkor sok pár megszenvedi, ha egyikük korán fekvő, míg másikuk alvás helyett még órákig tévét néz, olvas, esetleg alvás közben horkol, vagy sokszor megy ki éjjel a vécére, gyakran lesz szomjas, sokat forgolódik. Ezek miatt nagyon is fárasztóak lehetnek a pihenésre szolgáló éjszakai órák, ahogy a nappalok is. A rendszeressé váló kialvatlanság pedig súlyos párkapcsolati zavarokhoz, nem ritkán váláshoz is vezet, holott egy másfajta válás megmenthetné a házasságok jelentős részét. Ez pedig nem más, mint az angolul sleep divorce-ként emlegetett alvási válás.

Az American Academy of Sleep Medicine pár évvel ezelőtti kutatásából kiderül, hogy az amerikaiak több mint egyharmada jutott el már az alvási válásig. Ez nagyon is komoly döntés, hiszen ezzel egy összetartó kapocs szűnik meg. Vagy – felfoghatjuk így is – éppen teszi még szorosabbá a párkapcsolatot. Az alvási válás után a párok már nem alszanak egy ágyban, sőt, ha lehet, külön szobába is költöznek, hogy elkerüljék az eltérő alvási szokásokból eredő és esetleg igazi váláshoz is vezető feszültségeket.

Egy orvostechnikai eszközöket gyártó cég minapi felméréséből az derült ki, hogy a párok egyharmadát zavarja partnerük horkolása. E téren, meglehet, talán ők alszanak kevésbé mélyen, a nők erősebben érintettek, mert a már említett kutatás szerint 20%-ukat zavarja, hogy minden éjjel párjuk horkolására ébrednek fel. A férfiak esetében ez az arány 11%-os volt. De vélhetően ennél jóval magasabbak ezek a számok, hiszen, ahogy a bevezetőben is említettem, a legtöbben nem szívesen osztjuk meg rossz éjszakai élményeinket másokkal.

A mindennapi munkahelyi stressz, az otthoni gondok elviselése és a párok kapcsolatának jó szinten tartása is megköveteli, hogy éjszaka mindketten ki tudják pihenni magukat. Az e területtel foglalkozó terapeuták azt is ajánlják a külön alvó pároknak, hogy legyen rendszeresen intim, csak kettesben eltöltött idejük, amikor távolabb a család és a világ zajától élvezni tudják egymás társaságát.

Külön, hogy együtt maradjanak? Egy próbát mindenképpen megér.

Igazodjunk el, ha tudunk

Azzal, hogy tavaly a világ egyik vezető nagyhatalmának bölcs elnöke egy jogászi végzettségű és íróként is tevékenykedő „szakembert” tett meg egészségügyi miniszternek, már semmin sem kell csodálkoznunk. E jeles miniszter nem mellesleg unokaöccse az állam 1963-ban meggyilkolt elnökének. Az egészségügyi miniszter nemcsak erről, hanem oltásellenességéről és összeesküvés-elméleteiről is ismert. Szóval neki biztosan hihetünk orvosszakmai kérdésekben.

Arról fogalmam sincs, hogy jobban hihetünk-e a kiváló „szakembernek”, mint a tudósoknak, akik a világjárvány lecsengése utáni kutatásuk eredményeként nem kevesebbet állítanak, mint azt, hogy aki elutasította a COVID elleni oltást, másoknál sokkal nagyobb valószínűséggel szenved autóbalesetet. E kijelentésnek alapja az a pár évvel ezelőtti felmérés, amelyet kanadai kutatók végeztek és amelynek során több mint 11 millió felnőtt adatait vizsgálták meg. 16%-uk nem kapott COVID elleni oltást, de az olyan balesetek 25 százalékáért ők voltak a felelősek, amelyben legalább egy ember kórházi kezelésre szorult. Ez hasonló az alvási apnoéban szenvedők megnövekedett autóbaleseti kockázatához, de csak fele akkora, mint amennyivel az alkoholproblémákkal küzdők esetében kell számolni.

A kutatók szerint az oltatlan sofőrök által jelentett többletkockázat

meghaladja a modern autóipari fejlesztésekből származó biztonsági előnyöket, és a többi közlekedőre is kockázatot jelent. Azt ugyan elismerték, hogy a COVID-oltás kihagyása nem jelenti egyértelműen, hogy valaki autóbalesetet fog szenvedni, vagy okozni. Sokkal inkább azt feltételezték, hogy akik ellenállnak a közegészségügyi ajánlásoknak, vélhetően nagyobb arányban hanyagolják el az alapvető közlekedési előírásokat is.

Nehéz mindezt minősíteni. Egyszer az egyik tudományban jártas ismerősöm azt mondta, hogy valahol, valakik valamilyen témakörben kiírnak egy pályázatot kutatásra, tanulmány készítésére, majd az eredmények megjelenése után mások meg egy újabb elemzéstől éppen az ellenkezőjének igazolását várják, mert abban érdekeltek. Legyen az politika, gyógyszer-, élelmiszer- vagy hadipar, hajlandóak újabb pályázatok kiírására költeni. Másként teszik fel a kérdéseket és a pályázó kutatók annak alapján beigazolják az előzőek tévedését. Persze mindkettőben lehet igazság és ezektől, vagy éppen ezek ellenére a világ mégiscsak halad előre.

Szóval, visszatérve a vakcinaellenességre és a közlekedési balesetek növekvő esélyére, bizonyára lesz majd olyan tudóscsoport, amely kimutatja, hogy miért nem igaz az előző állítás. Ezekből aztán beállítottság, ismeretek, hit és sok más birtokában az emberek levonják a számukra fontos tanulságokat. Legyenek akár tudomány- és oltásellenes egészségügyi miniszterek, vagy csak autóvezetők.

Nem könnyű eligazodnunk a világ dolgaiban.

Nulladik meg a kilencedik

Sorkatonaként ádáz ellenségem volt a hajnali kelés, ami még csak-csak elment volna, de az azt szinte azonnal követő reggeli torna és a sok kör futás az alakulótéren már cseppet sem. Az újoncokkal teli szakaszomban én voltam az egyetlen versenyszerűen sportoló, a testem mégis olyannyira tiltakozott ettől a korai rettenettől, hogy még a leglassúbb bajtársaim közül is többen lehagytak.

Ez a sok évtizedes emlék rémlett fel bennem, amikor egy oktatással foglalkozó szakportálon azt olvastam, hogy az új tanévben számtalan iskolában már nem sokkal reggel hét után kezdődik a tanítás. Ez sok kérdést vet fel, például, hogy emiatt hánykor kell kelnie egy, még nagy alvásigényű gyereknek, fiatalnak, jut-e ideje a vécén dolgát végezni, tisztálkodni, reggelizni, mennyi időt vesz igénybe az iskolába jutása és így tovább. Arról is beszélnünk kell, hogy a mindennapos testnevelés órák miatt sok diáknak nulladik órában kell sportolnia, hogy aztán izzadt testére vegye fel a ruháját és ülje végig a nyolc-kilenc tanórát a testek kipárolgása miatt cseppet sem üde levegőjű osztályteremben.

Még egy rövid ideig maradok is a nulladik órában lebonyolított testnevelési óráknál, és általában a mindennapos testnevelésnél. Miután edzőként meglehetősen sikeres voltam, amelyet igazol a sportolóimmal megszerzett kéttucatnyi országos bajnoki cím, az általam felnevelt evezősök számos válogatottsága és több világbajnoki és olimpiai helyezetté lett korábbi tanítványom sikere, nagyjából tisztában vagyok azzal, hogy mily nehéz megszerettetni egy fiatallal a rendszeres mozgást. S miután óraadó testnevelő tanárként is tevékenykedtem, azt is tudom, hogy mily könnyű eltéríteni őket ettől. Ha valami, hát legsikeresebben a mindennapos és ráadásként nulladik órában megtartott testnevelési óra utáltathatja meg fiataljaink tömegeivel egy életre a sportolást.

A minap beszélgettem egy edzővel, aki serdülők sokaságát oktatja évtizedek óta a tenisz szépségeire, technikájára. A szakember elpanaszolta, hogy eddig szépen be tudta osztani, hogy kik, mikorra menjenek edzeni, de ettől a tanévtől újabb órákat, sokuknak már kilencediket is beiktatták az órarendjükbe és így az edzéseket csak egy szűk idősávban és súlyos kompromisszumokkal tudja elvégezni. Pedig az ő tanítványit eddig még nem sikerült eltántorítani a sporttól.

Amikor a gyerek, fiatal egész napi iskolai és különórákkal teli munkája után holtfáradtan hazamegy, máris kezdődhet számára az akár órákig tartó otthoni tanulás. Elfogadom, hogy fiataljainknak vélhetően sokkal több tudásra lesz szükségük a boldogulásukhoz, mint volt a korábbi generációknak, ahogy azt is, hogy a tanulás adta tájékozottság szélesíti a látókörüket.

De a gyerekkor és a mozgás örömeit mégsem lenne szabad elvenni tőlük.

Csömör

Nem tudom, ki hogy van vele, de nekem nagyon elegem van. Belefáradtam, meguntam, megundorodtam és közömbössé is váltam. Elegem van az évek óta tartó, a mind kézzel foghatóbb gyűlölködésből, a végletes megosztottságból, a politikának nevezett népbutításból, folyamatos kampányból, az agresszióból és a mindeközben széthulló életünkből.

Újságíróként természetesen rengeteg hírt olvasok, tudni akarok mindenről, ami a nagyvilágban és hazánkban történik. Ugyanakkor már közel másfél évtizede csak a párom kedvéért kukkantok bele egy-egy híradóban, majd valós hírek híján akkor is lázas sietséggel hagyom ott a képernyőt és olvasok inkább helyette. Stúdióbeszélgetést sem nézek, ahogy szoktam mondani a barátaimnak, csak akkor érdekelnének, ha én tehetném fel a kérdéseket, ahogy arra egy térségi televízió főszerkesztőjeként, műsorvezetőjeként közel negyed évszázadig lehetőségem volt. De akkor mindig felkészültem a vendégeimből, a témából és nemigen hagytam a mellébeszélést. Ma viszont úgy vélem, túl rövid az életem ahhoz, hogy egyik, vagy másik percember politikus magyarázkodásait hallgassam a megmagyarázhatatlanról és rabolja az időmet a mellébeszélésével.

Naponta olvasom, hogy melyik párt éppen mennyivel verné a másikat, ha ma lennének a választások és közben nosztalgiával gondolok vissza a rendszerváltásnak nevezett nagy tévedésünk első pár választás előtti kampányára, amikor még törvény szabályozta, hogy a pártok, jelöltek mikortól és meddig hirdethetik fennhangon a maguk nagyszerűségét, vagyis kampányolhatnak a választók voksaiért. Azt is figyelem, hogy vajon mások is unják-e mindazt, ami ma a hatalomra törők és a hatalomba foggal körömmel kapaszkodók között az ország építése, a minél nagyobb jóllét elérése érdekében történő összefogás helyett zajlik.

A minap személyes ismeretségünk okán, meg azért is mert becsülöm a munkásságát, meghallgattam egy neves politikai elemzőt, korábbi egyetemi

tanárt, aki nagyjából ugyanúgy vélekedett, ahogy én. Szerinte az elérni kívánt hatással merőben ellentétes az, ahogy a felek egymást ütik. A szakember szerint pont mire valóban dönteni kellene, oly mértékig belefáradnak a választók mindebbe, hogy azon a vélhetően április vasárnapon inkább ágyban maradnak, vagy elmennek kirándulni. Vagyis sokukat egyáltalán nem fogja érdekelni, hogy mi lesz hazánk jövőjével. Meg az övékkel.

Megcsömörlöttem a mind felfokozottabb hangulattól, a családok mélységéig ható megosztottságtól, az egyre hangosabb, durvább közbeszédtől. Fogalmam sincs, hogy mindez hova fut ki, de hogy nyugalom és békesség nem születik belőle, az ország épülése, boldogulása és gazdagodása egy tapodtat sem halad tőle, az biztos.

Ez pedig így nem más, mint gazság.

Félünk, hogy kimaradunk

Két csinos és szép – vélhetően egyetemista – lány megy kifelé egy könyvtárból, mögöttük egy szimpatikus fiatalember halad. Figyeli a két lány beszélgetését, de nem mer megszólalni. Végül mond valamit, amit talán nem kellett volna. Ekkor hangzik fel a reklám kulcskérdése: FOMO-d van?

Komoly vita alakult ki a párom és köztem, hogy akkor most egy internetes tarifacsomag nevét hallottuk és láttuk a reklámban, vagy sem. Én állítottam, hogy ilyen nevű tarifacsomag nincs, párom váltig bizonygatta igazát, mondván, ez valami újdonság, amit most vezetnek be.

Nem hagyott nyugodni a kérdés szerencsére a mindentudó internet azonnal megadja a választ az élet még oly bonyolult kérdéseire is, csak kérni kell. Mint kiderült, a FOMO nem más, mint félelem attól, hogy az illető kimarad valamiből. Az angol FOMO a Fear of Missing Out, vagyis a

kimaradástól való félelem kifejezésből származó mozaikszó.

Nem tudom, hogy eddig hogyan is élhettem ennek ismerete nélkül és vajon, ha tudom, hogy van ilyen kifejezés, akkor jobban féltem volna-e attól, hogy valamiből kimaradok. Az szinte bizonyos, hogy az ember élete folyamán, kezdve az óvodás kortól, a kemény iskolás éveken át az első munkahelyig, majd a mind sikeresebb pályafutás reményében mindig is tart attól, hogy valamiből kimarad. Ez nagyon is emberi érzés, hiszen céljaink vannak, amelyeket el akarunk érni és ha valamelyik nem sikerül, hát bizony rögvest ott a FOMO-érzés. Legfeljebb nem tudjuk, hogy olyanunk van. Mármint FOMO-nk.

Ma, amikor csak úgy kapkodjuk a fejünket az újdonságok láttán, például FOMO-nk lehet bizonytalanságunkban, hogy vajon befogadnak-e valamelyik celebekkel telezsúfolt digitális polgári kör tagságába, vagy sem. Vagy amikor látjuk hazánk nagyjainak féktelen gazdagodását, a milliárdos vagyonok látványos évenkénti növekedést, a legnagyobb bankrablás büntetlenségét, már nem csak félünk a kimaradásunktól, de mérget is vehetünk rá – egynémelyünket leszámítva – hogy az igen nagy többséggel együtt kimaradunk. Vagyis már ebben az esetben is FOMO-nk van. Pedig jól tudjuk, ugyancsak egy reklámszövegből, hogy aki kimarad, az lemarad. De nem csak ő, hanem leszármazottjai is, nem úgy, mint a már említett gazdagok, akik esetében még ükunokáiknak sincs mitől félniük. Különösen nem a szegénységtől, maximum az egyszer felébredő népharagtól. De egy végsőkig megosztott társadalomban ez nagyjából szóba sem jöhet.

Gyorsan csináltam magamban egy leltárt, hogy megélt évtizedeim alatt mi miatt érezhettem FOMO-t, és be kellett látnom, volt ilyen jó néhány. De vajon akad-e valaki is, akinek gondolataiban életében egyszer sem ütötte fel a fejét ez az érzés? Aligha.

A reklámnak köszönhetően, ha elégedetlenek vagyunk az életünkkel, most már legalább néven tudjuk nevezni, hogy mi a bajunk.

Cipőt a…

Mindazok, akik az egykori legendás és máig emlegetett „cipőt a cipőboltból”, netán a MÜSZI, vagy a „hagyományos mosópor” reklámok szlogenjein nevelkedtek, mint reklámfogyasztók, manapság nemigen

panaszkodhatnak, rengeteg hirdetés közül válogathatnak, ha kedvelik e műfajt. Bár visszatérve a cipőboltos reklámhoz, azt valójában a kollektív másként emlékezés tette hallhatatlanná, az ugyanis sohasem volt reklámszlogen. A hatvanas, hetvenes évek közkedvelt konferansziéja, mai nevén stand up comedy humoristája, Kellér Dezső tette azzá egyik kabarétréfa előtt felvezetőjében.

A legendás mondatot egy tanulmány szerint 1960-ban a szakszervezetek hivatalos, máig működő napilapjában írta le egy vitriolos hangvételű cikk szerzője, amelyben azt kifogásolta, hogy a kereskedelem olyan szövegekkel bombázza a kiskorúnak nézett vásárlót, mint „befőzéshez vegyen üveget”, „édességet az édességboltból”, vagy a már említett „cipőt a cipőboltból”. Ez utóbbi aztán generációkra rögzült is a magyar tudatban, pedig mint látjuk még csak el sem hangzott reklámként.

Arra nem találtam adatot, hogy vajon ma a televíziókban óránként legalább félórányi időtartamban, dömpingszerűen ránk ömlesztett reklámok szövegéből, képi anyagából hány marad emlékezetes mondjuk, ha nem is hatvanöt, de legalább két év múlva. És vajon a mai fogyasztói társadalmi elvárásoknak megfelelni akaró gyártók akarják-e, hogy a használd és dobd el, vagyis a gyors divat, a fast fashion, vagy a minden napra újdonság világában emlékezzen is valaki az évekkel korábbi reklámjaikra. Aligha.

A minapi teniszmeccsen már éreztem a bajt, jó pár labdára el sem indultam, de mint később visszaigazolódott, valamilyen nátha-, vagy influenzajellegű kór kezdett elhatalmasodni rajtam. Délután csak feküdtem, és – amikor nem aludtam – reklámokat néztem. Persze nem szándékosan, csak valamiért több adódott számomra belőlük, mint a sorozat perceiből, amelybe belefogtam. Így aztán estére kiváló reklámszakértő lettem, bár némelyikről még ma is azt hiszem, hogy lázálom lehetett. Megdöbbentő számomra igazán az, hogy alig egy-két termék, vagy szolgáltatás hirdetése maradt meg az elmémben, azok is csak töredékesen. Jó, ezt most ráfogom az éppen aktuális rossz állapotomra.

Másnap este már jobb állapotban úgy döntöttem, nem kapcsolok el a reklámszünetekben és majd zuhanyozás közben felidézem, hány reklámozott termékre, szolgáltatásra emlékszem. Komoly agymunka után jó, ha kettőt, hármat fel tudtam idézni. És bizonyára nem csak azért, mert gyengül a felfogóképességem, sokkal inkább a tömegében megjelenő és semmitmondó szövegű, képi anyagú hirdetések áradata miatt. A

szomjazónak egy pohár víz az életet jelentheti, az árvíz esetleg a fulladását.

Valahogy így vagyunk a reklámokkal is.

A legnagyobb átverés és a hosszú nyár

A valaha volt legnagyobb szélhámosság. Ezt nem én állítom, hanem a világ egyik vezető hatalmának igen sajátságosan gondolkodó vezetője a klímaváltozásról. Bizonyára igazolni is tudja állítását az illető, amelynek ellenkezőjét tudósok sokasága vizsgálja, elemezi és bizonyítja világszerte. De az említett vezető gondolkodásban mégiscsak mindannyiuk felett áll, hiszen akár egy napon belül is képes mást gondolni valamiről, mint tette azt órákkal korábban. Bár a klímaváltozás terén meglehetősen következetesen megy a tényekkel szemben.

A tavasz és a nyár is másfél emberöltő alatt 25 százalékkal lett hosszabb Magyarországon. Ezt megint csak nem én állítom, hanem az ELTE tudósai, akik nemrég tették közzé kutatásaik eredményét. És nyilvánvaló, hogy a világszerte mérhetetlenül szaporodó villámárvizek, kiszáradó folyók, tavak, országnyi területeket felégető erdőtüzek sem véletlenek. Ha tagadjuk, ha nem, erős változásban van a Föld klímája, amelynek olykor súlyos következményei vannak. És ezeket tapasztaljuk mi is idehaza.

Közel húsz évvel ezelőtt döntöttem úgy, hogy elegem van a téli hólapátolásból és vettem magamnak egy elektromos hómarót. Tudják, azt, ami felsepri, felmarja maga előtt a havat és oldalra fújja ki, szabaddá téve ezzel a járdámat. Volt is pár tél, amikor használtam, eleinte többször majd mind ritkábban, míg az elmúlt években már elő sem vettem arra a pár centis, egy-két nap alatt elolvadó hóra, ami leesett.

A tudósok most azt mondták ki, hogy nem véletlen a tapasztalatom, mert az év egészét nézve arányaiban egyre rövidebb az ősz és a tél, míg hosszabb a tavasz és a nyár. Negyvenöt éve még egynegyed arányban volt tavasz,

nyár, ősz és a tél, mostanra arányaiban az év egészéből egyaránt 32 százaléknyit tesz ki a tavasz és nyár, az ősz tartja a maga 25 százaléknyi részét, de a tél már mindössze csak az év 11 százalékában uralkodik. De hát ezt érezzük is mindannyian. Ami persze jó, ha a fűtésszámlát nézzük, kevésbé, ha a növények kórokozóinak a fagy általi elpusztulására számítunk, ha a tujáink kiszáradását követjük szemmel elkeseredetten, vagy ha idehaza szeretnénk síelni. Mindez azt jelenti, hogy csak az esztendő 36 százalékában nincs tavasz vagy nyár. Azok ugyanis már urai lettek, átalakították a korábbi éghajlatunkat és nagyjából 208 napot velünk töltenek az évből, olyan újdonságot produkálva, mint például 2023-ban, amikor a mérések kezdete óta a legmelegebb szeptembert regisztrálhatták a szakemberek.

Szóval meglehet, hogy a világ (egyik) legokosabb vezetője szerint a klímaváltozás szélhámosság, ahogy a követői, továbbá a gyíkember-, meg laposföld-hívők is sok érdekeset gondolnak a világunkról, de míg az egyszerű polgár, amíg nem okoz bajt vele azt gondolhat, amit akar, van, akinek a szava pusztító.

De ez persze a klímát mit sem érdekli, csak megy a maga útján és változik, ahogy akar.

Világátlag

Gyakran mondom, hogy ma már semmi sem az, aminek látszik, ráadásul sok minden csak nézőpont kérdése, amikor a fekete is lehet fehér. Olvastam a minap, hogy már csak egyetlen tagállam áll az utunkban, hogy elnyerjük az Európai Unió legszegényebb állama címet. Ebben jelenleg nem túl nagy különbséggel Szlovákia hátráltat minket. Legalábbis a vásárlóerő-paritást tekintve. Ez az a mérőszám, amely mutatja, hogy mennyi terméket és szolgáltatást lehet vásárolni egy valutában egy másik ország valutájához képest.

Pár nap sem telt el és a nemzeti hírügynökségünk közlésében már azt olvashattam, hogy az egyik neves nemzetközi biztosító társaság által készített felmérés szerint 2024-ben a magyarországi lakosság vagyonosodásának üteme meghaladta a világátlagot. A felmérés szerint

Magyarország a közel hatvan vizsgált állam közül a 28. helyre került a lakosság nettó pénzügyi vagyona alapján. Olykor már azt hiszem, hogy mesterséges intelligencia alkotta alternatív világban élek. Ahogy ön is, persze.

De nézzük az első hírt, miszerint szegények vagyunk mint a templom egere, amely állapotot a magyar lakosság döntő része nap mint nap megél, megtapasztal, például bevásárláskor. Pedig, mint az az Eurostat adataiból kitűnik, sok összehasonlításban nem is állunk olyan rosszul, például az egy főre jutó jövedelem-növekedésben. Mert, ha a KSH adatait nézzük, lassan olyan számok jelennek meg az átlagjövedelem, de még a medián jövedelemkategóriában is, amelyet a lakosság zöme sohasem tapasztal, legfeljebb, ha egyszerre kéthavi fizetését kapja meg.

A bajt továbbra is az erőteljes infláció jelenti, a gazdaság meg emiatt sem javul, mert ha nép kevesebbet költ a zsugorodó pénzéből, felesleges a termelés, némi túlzással kár elindítani a gyártósorokat. De hiába közelítünk több vizsgált kategóriában is az uniós átlaghoz, ha a fizetésünk, jövedelmünk, nyugdíjunk a már említett vásárlóerőben igencsak gyengélkedik. A különféle kapkodó, szavazatszerző kormányzati intézkedések árfelhajtó és ezzel inflációnövelő hatása meg még nagyobb hátrányba sodor bennünket, bérből, fizetésből, nyugdíjból élőket.

De térjünk vissza a jó hírhez, miszerint 2024-ben a magunk 14,8 százalékos növekedésével a világátlagot meghaladva végeztünk a vagyonosodás terén. A háztartások átlagos nettó pénzügyi vagyona meghaladta a 24 ezer eurót, a gyarapodás elsősorban az értékpapír-kategória 16,1 százalékos, továbbá a biztosítások és a nyugdíj-megtakarítások 13,2 százalékos növekedésével magyarázható.

Mindez nagyon szép, de vajon hol állnánk a valóságban, ha a statisztikából kivennék a hatalom kegyeltjeinek, a kivételezett barátoknak, családtagoknak a mi adóforintjainkon felhizlalt jövedelmét, vagyonát? Gondolom úgy már a világátlag is csak egy távolodó pont lenne, viszont biztossá válna vásárlóerőnk listavezető helye.

Hátulról.

Serénykedő csendes gyilkos

- Ne idegesíts, mert felmegy a vérnyomásom!
- Mindenre felcsattansz, kiabálsz, mindenkit felidegesítesz magad körül. Már most magas lehet a vérnyomásod. Mondd, ellenőrizteted néha?

Ehhez hasonló párbeszéd sokszor hangozhat el naponta, mert az oka rengeteg embert érinthet. Rohanó, zaklatott, zavaros és egyre veszélyesebb világunkban még azok az emberek is idegesek lesznek, akik megnézik az esti tévéhíradót, rádiós híreket hallgatnak, vagy csak elolvassák kedvenc portáljukon a napi információkat. Mi tagadás, van ok az idegeskedésre és ezek kiváló táptalajai, okozói is a magas vérnyomásnak. Persze lehetnek annak szervi okai is, de tény, a sokáig tünetmentes csendes gyilkos nagyon is veszélyes ellenfele az emberiségnek.

A népességi adatok szerint ma nagyjából 8,25 milliárd ember él a Földön és közülük az Egészségügyi Világszervezet, a WHO szerint 1,4 milliárd ember érintett e betegségben. Sajnálatos módon a hipertóniában szenvedők ötöde, vagyis 280 millió ember nem kezelteti magát és talán emiatt is évente tízmillióan halnak meg e többnyire kordában tartható kórban.

A magas vérnyomás, a hipertónia olyan cseppet sem lebecsülendő bajokat okozhat, mint például a szívinfarktus, sztrók, szív- és veseelégtelenség, de kiválthat demenciát, látásromlást vagy akár vakságot is. A WHO-nak a közeli napokban közzétett jelentése szerint óránként több mint ezren veszítik életüket a világon magas vérnyomás okozta szívrohamban vagy infarktusban.

- Egyszer valamiben úgyis meg kell halni –, mondta egykor a barátom, amikor arra figyelmezettem, hogy változtasson az életmódján, tegye le a cigarettát, felejtse el kedvenc likőrjét és a jó zsíros ételeket. Nem tette, ahogy a vérnyomás gyógyszerét is csak időnként vette be, amikor éppen eszébe jutott. Élhetett volna még vagy negyed évszázadot, oly fiatalon, még a nyugdíjkorhatár előtt hagyott itt minket. Neki pedig felírták a gyógyszereket és ki is tudta váltani valamennyit, nem úgy mint azok a betegek, akik nem jutnak megfelelő egészségügyi ellátáshoz, gyógyszerekhez.

Világszerte sokfelé nincsenek, vagy nagyon hiányosak az információk, a

betegek nem is tudják, hogy a napi pár kupica, vagy pohár búfelejtő ital, az idegességükben, vagy függőségük miatt elszívott pár cigaretta okozhatja a magas vérnyomást és hogy e kettős mi rosszat tesz a szervezetükkel.

Napjainkban már sokfelé a szupermarketekben is vásárolható vérnyomásmérő, de a legtöbb okosóra is méri az ember pulzusát, vérnyomását. A WHO az optimális vérnyomásértéket 130/80 higanymilliméterben határozta meg, s bár ezt az idősebb embernek meglehetősen nehéz tartaniuk, az odafigyelés, a rendszeresen bevett gyógyszerek sok évet ajándékozhatnak még a hipertóniásoknak is.

Ön már megmérte ma a vérnyomását? A hírek után is?

A lehetetlen

Ha van kedvünk egy kicsit kalandozni a múltban, gyorsan szembetaláljuk magunkat a több évszázadra visszatekintő megosztottsággal. Ha csak Mohácsig megyünk vissza, akkor is olyan szavakkal találkozunk, mint a „szuverenitásunkra” oly jellemző, valamelyik birodalom kiszolgálására utaló kifejezések, például a török-párti, német-párti, aulikus (udvari érzelmű), vagy rebellis és így tovább. Vagyis a megosztottság mindig is jellemző volt ránk. Ahogy más nemzetekre is.

Nincs ez másként a mi hazánknál jóval fiatalabb Amerikai Egyesült Államokban sem. Pompás példákat láthatunk erre az elmúlt évtizedekből, ahogy a mostani elnöki ciklusban is, bár visszatekintve ez sem kirívó időszak odaát. Aligha találunk olyan országot, ahol ne lenne a tengernyi másfajta megosztottság mellett politikai megosztottság is.

S, hogy miért említem a hazai szinte már véglegesnek és végletesnek is tekinthető megosztottság mellett az amerikait, annak oka az a tudományos kutatás, amelyről a Proceedings of the National Academy of Sciences (PNAS) tudományos portál számolt be és amelynek célja az amerikai pártellenesség csökkentésére tett kísérletek értékelése volt. Előrebocsátom,

okosabbak talán lettek a kutatók, de a pártellenesség és politikai megosztottság, ellenségeskedés csökkentésére sajnálatosan semmiféle medicinát sem tudtak ajánlani.

A kutatók 25 tanulmányt elemeztek, olyanokat, amelyek 77 különböző beavatkozást vizsgáltak. Olyanok voltak közöttük, mint például a pártok közötti személyes kapcsolatok erősítése, vagy a politikai ellenféllel kapcsolatos téves hiedelmek helyreigazítása. S hogy mennyire sziszifuszi, vagyis hiábavaló a küzdelem e téren, azt jól mutatja, hogy az ellenségeskedés csökkentésére tett kísérletek hatásának nagyjából háromnegyed része alig egy hét alatt jelentősen lecsökkent, két hét elteltével gyakorlatilag le is nullázódott. Vagyis az eredmények azt jelzik, hogy a nagy víz túloldalán sincs megoldás a mélyülő politikai szembenállás feloldására.

És ha a nagy Amerikában ez nem megy, hogyan is mehetne a mi parányi, tízmilliónál is kevesebb lakosú hazánkban? Hogyan is lehetne csökkenteni a politikai szembenállást ott, ahol a választók jelentős része még a saját szemének, zsebének sem hisz, mert olyannyira tiszteli, szereti vezetőjét, akinek kiválóságát hittel éli meg? És hogyan is lehetne egyetértés a velük egyet nem értőkkel, akik nemcsak nézik, de látják is azt, ami körülöttük, az életükkel történik és a mind laposabb zsebük is igazolja kifogásaikat?

A politika mindig egyéni és csoportérdekeket szolgál, vagy sért, ezért a politikai békesség vélhetően lehetetlen is marad. Nem tudom, hogy lesz-e valaha a sok évszázados, évezredes, vagy éppenséggel az emberiséggel egyidős jelenségre gyógyír, de azt igen, hogy az az életünk, jelenünk és jövőnk megrontója.

Micsoda boldogság

Hol a boldogság mostanában? Barátságos meleg szobában.

Petőfi Sándor örökbecsű gondolatait szinte mindenki ismeri, még talán az

is, aki nem ismeri a költő Téli világ című versét. De vajon egy barátságosan meleg szoba elegendő a boldogsághoz? És vajon mi jelenti manapság az egyénnek a boldogságot?

Az ember idősebb korban leginkább akkor boldog, ha nem fáj semmije sem. Persze ez így túl egyszerű, hiszen korosabban, ha nem is boldogság, de öröm töltheti el az embert, ha látja gyerekei, unokái fejlődését és ha szerencséjük is van, sikereit. Vagy, ha nyer a teniszmeccsén, netán terített durchmarsa lesz a baráti ultipartiban. Fiatalkorban meg ott a szerelem, a tanulmányi-, vagy sportsiker, a munkahelyi előrehaladás, egy jó házasság és így tovább. Vagyis annyiféle boldogság van, ahányan és ahány évesek vagyunk.

Egy 2008-as tanulmányban David Blanchflower és Andrew Oswald kutatók félmillió ember adatait elemezték és azt találták, hogy az emberek gyerekkorban és életük utolsó évtizedeiben a legboldogabbak. Az azóta megkérdőjelezhetetlennek tűnő eredményt nemrégiben megcáfolta egy friss, a müncheni Ludwig-Maximilians-Universität, (LMU) két kutatója, Fabian Kratz és Josef Brüderl által végzett felmérés. A szakemberek az 1984 és 2017 között gyűjtött adatbázis adatait elemezték nagyjából 71 ezer ember önbevallásos boldogságszint-tesztjei alapján. Mindezt a New Scientist tudományos portál írta meg.

Míg korábban a tudósok úgy vélték, hogy az emberek leginkább gyerek és időskorban boldogok, addig a legfrissebb tanulmány a korábbi úgynevezett „U” alakú boldogsággörbével ellentétben arra jutott, hogy az idősödéssel az emberek boldogságszintje az ötvenes éveikig fokozatosan csökken majd e mélypontról enyhén emelkedik 64 éves korig. Ezután viszont jelentős visszaesést tapasztaltak az életkedvben. A szakemberek úgy vélik, hogy a korábbi vizsgálatok túlságosan leegyszerűsítették a boldogság meghatározását. És itt térhetünk vissza a bevezető gondolataimhoz.

Az embernek az az érzése támadhat – mondta az egyik kutató –, hogy egy bizonyos életkor után a boldogság növekszik, de csak azért, mert a boldogtalan emberek már nem élnek. Nos, ez is egyik olvasata lehet a statisztikának.

Ha kerülöm is ilyen fontos kérdésekben a politikát, mint a boldogság értelmezése, be kell látnom, hogy ez nemigen megy. Mert lehet a világnak több olyan országa is, ahol a hatalmon lévők a hatalmuk megtartása érdekében mindenkit a másik gyűlöletére uszítanak, mások megvetésére,

hibáztatására, a bajokért okolásukra és hát amilyen az ember, ez viszonylag könnyen sikerülhet is. De vajon egy ilyen országban, ahol mérgezett a közélet, a közbeszéd, ahol mindent ural az ellenségképre épülő politika, lehet boldog az ember? Szerencsénkre mi nem ilyen országban élünk, vagyis nincs akadálya a boldogságunknak.

Micsoda boldogság!

Aranyat valamiből

Az aranycsinálás régi vágya az embernek. Vannak, akik földhözragadtabb módon kívánnak aranyhoz jutni, ők a világ e nemesfémből jobban ellátott területein bányásszák, mossák, fémkeresővel keresik az aranyat, de ez sokaknak fárasztóbb volt mindig is és az okosabbak inkább az aranycsinálás más módjával próbálkoztak. Például alkímiával.

A minap egy krimisorozat egyik epizódját néztem, a történet már a mi 21. századi világunkban játszódik és amelyben egy titkos társaság az ősöket megidézve kutakodik az aranycsinálás lehetőségei iránt. Az, hogy mellesleg közben megölnek néhány embert, végül is a krimi része. Nem árulok el nagy titkot, ha elmondom, a film során nem sikerült aranyat csinálniuk a résztvevőknek. Gondolom, ez csak keveseket lep meg.

Az alkímiára már utalást találtak a kutatók az ősi Egyiptomból, az ókori Rómából és számtalan más korból és helyen is. Az alkímia titokzatos ősi tudományának a fizikai és a spirituális volt a két fő ága. És itt kerül elő a bölcsek köve is, amely az ősi kémia egy olyan legendás anyaga, amely képes az alacsonyabb rendű fémeket arannyá változtatni. Mintegy melléküzemágként alkalmas életelixír létrehozására is, amely halhatatlanságot ad. És vajon ki az, aki az arany mellé ne vágyna egy kis hallhatatlanságra? Így aztán szép számmal keresték, kutatták a bölcsek kövét is, hogy közönséges fémekből a segítségével aranyat állítsanak elő. Érthető, nem?

Azt nem tudom, hogy a vélhetően gőzerővel zajló víruskísérletek mellett folynak-e alkímiai kísérletek a világ titkos laborjaiban, de valahogy

nemigen hiszem, hogy valaha is lesz például ólomból, vasból, alumíniumból vagy más fémből arany. Személy szerint javíthatatlanul azt sem hiszem, hogy lapos a Föld és hogy az ismerőseim egyike-másika gyíkember lenne, szóval van baj a képzelőerőmmel, nem vitás.

Abban már sokkal inkább hiszek, hiszen nap mint nap olvasom a hírekben, látom a fotókon a gazdagjaink kastélyait, feleségeiknek öltözködését, a magánrepülővel cikázó egykori mesterembert, a helikopter nélkül otthonról már el sem induló, vagy jacht nélkül nyaralni sem hajlandó fontos embereket, hogy aranyat igenis lehet csinálni. Náluk a pénz nem számít, mert bizonyára birtokában vannak az alkímiának, tudják, hogy miből és hogyan lesz arany.

Azt persze be kell látnom, hogy semmiképpen sem lenne jó, ha mi, a többség itt lent is rájönnénk a titokra, mert akkor mindenki gazdaggá lenne. Vagy éppenséggel templom egere szegény, mert már semmi ára sem lenne az aranynak. Nagy dilemma ez, nehéz jót kívánni.

De miután a jövedelmem olyan, amilyen, elkezdtem böngészni a középkori alkimisták titkos leírásait, hátha rájövök, hol hibáztak és hogyan lehet mondjuk kutyaürüléket, vagy a semmire sem jó politikai szórólapokat arannyá változtatni.

Addig viszont húzok egyet megint a nadrágszíjamon.

Béketűrően, megalázottan

Már régen nem kellene, de még manapság is rendszeresen számolok sok mindent. Lépéseket, kilométereket, ha gyalogolok, kerékpározom, időmet, amikor lehúzom a magam öt kilométerét evezős ergométeren, vagy hogy mennyit futottam, léptem tenisz közben és azt milyen pulzusszámmal. Versenyző voltam, majd lettem sikeres edző is és abban a világban, ahol feljegyeznek minden csúcsot, teljesítményt, időt, gólokat és pontokat, mindez alapvető követelmény.

Páromat kapcsolatunk elején ez meglehetősen idegesítette, de a teljesítmény ellenőrzése fertőző, jó ideje már ő is mér, számol és ellenőriz.

Mozgást, lépést, métert, pulzust, időt. Mindezt azért árultam el, hogy átérezze olvasóm is, milyen sok munka és ellenőrzés kell ahhoz, hogy valaki valamiben világrekordot, vagy annak közelébe lévő eredményt érjen el. Sajnos nekem még így sem sikerült

Érdemes arról is szólnom, hogy micsoda hatalmas különbségek is lehetnek a rekordok között. Mert amíg az egyik felvidít bennünket, a másik már keményebb érzelmeket vált ki belőlünk. Aligha támad kedvünk ünnepelni, talán inkább dühöngeni, csúnyákat mondani, sírni vérmérsékletünk szerint, amikor megtudjuk, hogy világrekord-közelire sikeredett az élelmiszerek magyarországi drágulása. S ha netán csalódottságot éreznénk, amiért nem mi értük el a világrekordot, „vigaszként" ott van számunkra az európai uniós elsőség. 2019 óta Európában Törökország után Magyarországon drágultak a legtöbbet az élelmiszerek. S hogy milyen közel állunk a világelsőségtől, jól mutatja, hogy az infláció és az élelmiszer-infláció közötti távolság csak Kolumbiában nyílt nagyobbra a FAO, az ENSZ élelmezési szervezetének adatai szerint.

Bánatunkra a szolgáltatások drágulása terén sem teljesített rosszabbul a magyar kormány, bár e versenyben azért többen is elénk tolakodtak, például Szlovákia, Észtország, vagy a kétes értékű listát vezető Románia.

Két éve hazánk egyszemélyi vezetője büszkén jelentette be, hogy „üstökön ragadtuk az inflációt". Valószínűleg az üstök valahogy mégiscsak kiszabadulhatott az őt megragadó kézből, merthogy például a kenyér ára egy évtized alatt több mint két és félszeresére, a húsé 71, a tejé 57 százaléknál is többel nőtt mifelénk. És hogy ki ne felejtsem, az alapélelmiszernek tekinthető tojásnak meg eközben 110 százalékkal sikerült nagyobbá lennie. Mármint az árának.

Nem sorolom tovább, pedig a zöldségek, gyümölcsök még ezeknél is mesze drágábbak lettek. Minderről csak azok nem tudnak, akik sohasem teszik be a lábukat egy élelmiszerboltba, szupermarketbe, vagy annyira nem számít nekik a pénz, hogy meg sem nézik, érzik az árakat. Viszont, ahogy azt a magyarokról oly sokszor elmondták már, igen nagy többségünk árérzékeny. Azt vesszük amire még telik.

Béketűrően, megalázottan.

Nehéz döntés

Egykor, amikor az általam vezetett kistérségi televízióban adásra készültünk, szerkesztő kolléganőm kényszerűségből időnként magával hozta a kislányát. A stúdióhelyiségben a technikai eszközök, hang- és vágópult, az adáskiadó berendezések mellett voltak számítógépek is. Amikor megérkezett az anyuka és a mindössze talán négy-öt év közötti gyermeke, a kislány a köszönés után azonnal felszólított, hogy játsszunk öltöztetős játékokat. Bevallom, először azt hittem babázni fogunk, de a kislány e téren már messze előttem járt. Ő ugyanis tudta, hogy vannak olyan számítógépes játékok, amelyekkel a maga ízlése szerint öltöztethet fel játékbabákat.

Vitathatatlan, hogy a Z és Alfa generáció tagjai egészen más világba születtek bele, mint ’45 előtt a veteránok, a háború után a baby boomerek, majd az X, Y generációk gyermekei. A Z generáció, akik 1997–2012 között jöttek a világra és a legfiatalabbak, a 2013-tól napjainkig született Alfa generáció tagjai ugyanis már a digitális korba érkeztek és nőttek bele, a modern tárgyak a mindennapi eszközeikké váltak. Arról viszont megoszlanak a vélemények, hogy mikortól lenne szabad egy gyerek kezébe első alkalommal mobiltelefont adni. Vannak, akik már egy pöttömnek is odaadják, hadd játsszon vele, addig is elvan, mások meg tiltják még akkor is, amikor már a gyerek valamennyi barátjának van olyan készüléke.

A Global Mind Project szerint azok a 13 év alattiaknak, akik okostelefonnal rendelkeznek fiatal felnőttkorban jelentősen rosszabb lesz (lehet?) a mentális egészségi állapotuk, mint azoknak, akik később kezdenek okostelefonozni.

A kutatók 163 ország közel kétmillió résztvevőjére kiterjedő vizsgálatot készítettek, amelyből kiderült, hogy azok a 18-24 évesek, akik 12 éves koruk előtt kapták meg első okostelefonjukat, társaiknál alacsonyabb pontszámot értek el az elmeegészségügyi kvóciens (MHQ) teszten. Az

MHQ érték a társadalmi, érzelmi, kognitív és fizikai jólétet átfogó mentális egészség mutatója.

A korai okostelefon-használattal legszorosabban összefüggő érzékelhető tünetek az öngyilkossági gondolatok, az agresszió, a valóságtól való elszakadás és a hallucinációk. Kiderült az is, hogy a gyerekkori mobiltelefon-használat miatt a fiatal nőknél csökken az énkép, az önértékelés, az önbizalom és az érzelmi rugalmasság, míg a férfiaknál a stabilitás, a nyugalom, az önértékelés és az empátia.

Az, hogy ez a helyzet hogyan oldható fel, hogyan lehet korlátozni a gyerekek okostelefon, vagy éppenséggel más képernyőnézését nem tudom. Azt viszont tapasztalatból tudom, hogy hacsak nem egy egész társadalmat érintő, szabadságjogokat is sértő tiltásról van szó, alighanem kevés szülő lesz képes megakadályozni, hogy gyermeke kezébe kerüljön az okostelefon.

Nehéz döntés előtt állnak a kisgyerekes szülők.

A gyűrű

„Ha valaki kíváncsi a grafomániád megnyilvánulásaira az megtalálja, ha akarja, felesleges direkt az emberek arcába tolni”.

„Egyetértek veled, kiváló az írásod, ahogy azt már megszokhattuk tőled”.

Íme két mondat a korosabbak által is leglátogatottabb közösségi felületről, amelyen rendszeresen közzéteszem írásaimat, véleményemet mindennapi dolgainkról. Sokat persze nem tipródtam egyiken sem, a sértő megnyilatkozás alig érintett meg, ahogy az elismerő szavak sem tettek elbizakodottá. Egyszerűen csak elkönyveltem, hogy nem vagyunk egyformák, nem azonos az ízlésünk, beállítottságunk, gondolkodásunk. De ettől szép és érdekes a világ. Még a hangulatom is borús lesz arra a gondolatra, hogy mindenkivel mindenben egyformán gondolkodjam, vélekedjek, ugyanúgy öltözködjem, sőt még viselkedésünk, érdeklődési körünk is egyforma legyen.

Szerencsére az idei október 23-ai ünnepségek is jól mutatták, az

egyformán gondolkodás veszélye nem áll fenn. Nem csak két politikai tömörülés áll egymással szemben (ennél még persze több is), de vélhetően az egy buborékba, az „egy a tábor, egy a zászló” alá tartozók is többségükben jelentősen különböznek az amúgy ugyanoda kötődő százezrektől. Mint említettem, nekem ezzel semmi bajom sincs. Ahogy az engem elmarasztaló, vagy magasztaló véleményekkel sem, hiszen olvasóim is más-más kulturális, neveltetési környezetből, eltérő képzettséggel, tájokozottsággal, lelki, politikai beállítottsággal jutnak el írásaimhoz, ahogy a politikai pártokig, az ország vezetőiig is.

Sajnos a másként gondolkodás sokak esetében együtt jár a durva beszéddel, a becsületsértő megnyilvánulásokkal, a szóbeli erőszakkal, amely utóbbiról tudjuk, a tettlegesség előszobája. Az emberiség egyik jellemzője, hogy míg tagjai között milliószámra vannak rendkívül okos, tudós tagjai, feltalálók, kiváló gondolkodók, zsenik, addig nagy általánosságban alig tanul valamit. Legalábbis a múltjából szinte semmit sem.

Nem tanulta meg, hogy a náci Németországban oly sikeresen alkalmazott dehumanizálás, amely a fajok hierarchiáján alapult és az üldözendők közé sorolt egyének, népek emberi mivoltának megkérdőjelezése, például kiirtandó csótányként jellemzése hova vezetett. Pedig igen sok millió ember volt többek között ennek is az áldozata. Azt sem tanulta meg az emberiség, hogy békétlenség csak békétlenséget, a háború meg újabb háborút szül.

A közösségi portálok kiváló tanulmányi terepei annak, hogy kicsiben és igen gyorsan megismerhessük, hogyan lesz egy ellenvéleményből személyeskedés, majd egymás szapulása, sértegetése. Ahogy azt is, hogy milyen gyorsan jön indulatba az ember és válik agresszívvá semmiségekért, mondjuk egy, az övétől eltérő vélemény miatt.

Egy végeláthatatlan spirálban élünk, újra és újra ugyanoda térünk vissza, csak egy szinttel, egy gyűrűvel feljebb. Máskor, más eszközökkel, de ugyanoda.

Befelé fordulva

A minap egy kedves hangú hölgy hívott fel, hogy egy számomra ismeretlen nevű cég megbízásából – többnyire – politikai jellegű felmérést végezzen. Volt időm, hát tudomásul vettem, hogy ez közel negyedóráig fog tartani. Annál is inkább, mert mindeddig csak egyszer volt részem ilyen jellegű közvélemény-kutatásban.

Az asszony számtalan kérdésre kért és én adtam választ, ezeket nem részletezem, de volt egy kérdése, amely utólag elgondolkodtatott, ezért is hozom most szóba. A hölgy ugyanis megkérdezte, hogy társaságkedvelő vagyok-e, s hogy mennyire, azt egytől hétig osztályozzam. A legmagasabb osztályzatot választottam, bár utólag rájöttem, hogy közel sem vagyok minden társaság kedvelője. Szóval túl jó jegyet adtam magamnak.

Bizonyára véletlen, hogy éppen másnap találtam arra a felmérési eredményre, amelyből kiderül, hogy közel negyven évvel ezelőtt az akkori kutatások szerint a társaságban – és nyilván nem a munkahelyen, vagy iskolában – töltött időnk átlagosan napi 53 perc volt. Hogy ez nemzetközi összevetésben sok-e vagy kevés, azt nem tudom, de mint az adatokból kiderül, mostanra ez az idő kilenc perccel csökkent. Mindez a KSH online adatbázisából ismerhető meg. Azt már velem együtt sokan és sokszor leírták, hogy mind több a kifejezetten magányos ember és jószerével minden korcsoportban csökkent a napi időtartam, amit az emberek társaságban töltenek. A legnagyobb visszaesés a 15-19 év közöttieknél történt, ők ugyanis majdnem 20 perccel kevesebbet töltenek mások társaságában egy nap, mint akárcsak másfél évtizede is. Döbbenetes, hogy ez idő alatt az elszigetelődő tizenévesek aránya 34 százalékról 10 százalékkal nőtt.

Az egyedüllét, vagy éppenséggel az önként vállalt magányosság nyilván könnyedén vezethető vissza a közösségi felületeken, médiában élt mindennapokra, hiszen ezeken a fórumokon nagyon könnyű társaságot, egy húron pendülőket találni és még csak ki sem kell mozdulni a szobából. Nem véletlen ezek után, hogy a kamaszok, fiatalkorúak társaságban töltött ideje a már említett időtartammal csökkent. Hasonlóan feltűnő a huszonévesek esetében regisztrált 16 perces csökkenés is.

Az idősebbekről eddig is tudtuk, hogy elmagányosodás is jellemezi a

korosztályukat. Náluk köze sem látványos, csak egypercnyi a visszaesés, de sajnálatos módon a köreikben eddig mért magányosok száma így is ijesztően magas.

Vitathatatlan, hogy a látványosan durvuló, veszélyesedő világunkban mind többen fordulnak befelé. Erejük, idejük és a hatalmas infláció okozta drágaság, a nyugatiaktól messze lemaradó bérek, nyugdíjak miatt pénzük sincs, hogy akárcsak néha is vendégségbe menjenek és oda egy üveg bort, vagy némi cukrászsüteményt vigyenek. Így aztán egyre többeknek lesz egyetlen társaságuk a mind okosabban társalgó mesterséges intelligencia.

Riasztó állapot.

Kard a fejünk felett

- Unalmas, nem érdekel! Úgysem tudok ellene tenni.

Az emberek többségét, ahogy azt nap mint nap tapasztalom, a megállíthatatlan infláció és drágulás, a mind nehezebb megélhetés mellett a szabadság, demokrácia és jogállamiság helyzete cseppet sem foglalkoztatja. Pedig a jogállamiság sok más mellett az igazságszolgáltatás függetlenségét, a hatalmi ágaknak egymás ellenőrzését biztosító fékek és ellensúlyok rendszerét, a korrupcióellenes küzdelmet, médiaszabadságot és a sajtó sokszínűségét, vagyis az ország lakosainak, vállalkozásainak érdekeit, személyiségi, vagyoni jogait védő stabil törvényeket jelenti.

Ezek után cseppet sem meglepő, hogy nem beszéltem senkivel, akit foglalkozott volna az a tény, hogy a WJP, a World Justice Project 2025-ös jogállamisági indexe szerint Magyarország a vizsgált 143 ország közül öt helyet visszacsúszva a nem éppen előkelő 79. helyen áll. Olyan országok is jobbak e téren nálunk, mint Panama, Szenegál, Namíbia vagy Botswana. Az unióban is miénk a legalacsonyabb pontszám. Szerény vigasz lehet, hogy a jelentés szerint az EU-tagállamok kétharmada alacsonyabb pontszámot kapott 2024-hez képest, leginkább a kormányzás átláthatósága és a jogrendszer romlása miatt.

Összesen nyolc területet vizsgált a WJP, amelyek közül Magyarország a 20. helyével a rend és biztonság területén teljesített a legjobban, de a kormányzati hatalom korlátozása kategóriában csak a 123. helyen

szerénykedik. Nem sokkal jobb az alapvető jogok, a nyílt kormányzás vagy a szabályozás érvényesítése elnevezésű területek helyzete, amelyek ugyancsak mélyen alulteljesítettek a jobbakhoz képest. A polgári és büntető igazságszolgáltatásunk állapota is meglehetősen siralmas a nemzetközi összevetésben.

Ahogy a vizsgálódók megállapították, noha a közbiztonság területén Magyarország úgy-ahogy jól teljesít, a demokratikus intézmények és a jogállamiság állapota súlyosan sérült. És emiatt aztán cseppet sem mellesleg a jobb életminőséget is biztosító uniós euró milliárdok sokaságától esünk el.

Tudjuk, a jogállamiság helyzete senkit sem érdekel addig, amíg első ízben nem találkozik a jog rendszerével. Legyen az egy eltúlzottnak vélt közlekedési büntetés, egy hivatalhoz beadott és jogosnak vélt kérelem elutasítása, vagy egy peres ügy, amely a jogot nem értőknek olyan mint egy útvesztő. Szakértelem híján aligha talál ki belőle az igazát kereső. De még az ügyvédek is csak nehezen, mert ami ma törvény, az holnapra megváltozik, és ami megváltozott, nemsokára talán már megint átírt lesz egy csókos, vagy kedves barát, nagyszerű üzlettárs, netán dúsgazdag keleti befektető kedvéért.

Ma Magyarországon nagyjából szabadon és látszólagos jogállamban élünk. De mint Damoklész kardja, a jogbizonytalanság fenyegetően lóg a fejünk felett.

A próba

Egymás után fékeztek az autók a zebra előtt és utasaik várták, hogy a húsz év körüli fiatalember ráérősen átsétáljon előttük. Az ifjú, aki fel sem nézett a mobiljából, látszólag tudomást sem vett a körülötte várakozókról. Vélhetően hozzá volt szokva, hogy az van, amit akar és akinek nem tetszik a lassúsága, hát elmehet oda, ahova ő gondolja.

Tízen ültünk sok évtizede a dunántúli nagyváros színházának nézőterén.

Ketten már rendszeresen foglalkoztatott újságírók voltunk, a többség éppen az akkoriban nagyon is vágyott pályára igyekezett. Egy képzésen vettünk részt, amelynek része volt a színházi látogatás is. A nézőtéren a harmadik sor közepén ült a nagy tekintélyű fővárosi rendező és figyelte a próbát. Ránk még várt egy sajtótájékoztató a rendezővel, majd az erről írandó tudósítás.

A színészek folyton megszakították a próbát és javaslatokat tettek a rendezőnek, mi lenne, ha ezt vagy azt nem így mondanának, másként mozognának. Volt közben kedves csevegés, győzködés, vita, de még sértődés is. Furcsa volt számomra mindez, más próbákon ilyen jellegű szabadságot, más olvasatban éppenséggel káoszt addig még nem tapasztaltam.

A sajtótájékoztatón meg is kérdeztem, hogyan lehetséges ez, hogy lesz ebből előadás? A rendező elárulta, jó darabig engedi a színészeket, hogy alkossanak, együtt gondolkodjanak vele, de mindig van a próbafolyamatnak egy pontja, amitől kezdve már csak az ő szava, döntése és utasítása számít. Több munkakörben is voltam vezető, sokszor jutott eszembe a rendezői vélemény, mert magam is hasonló felfogásban dolgoztam. Vagy neveltem gyereket.

És itt jutottam el oda, amiről beszélni akarok. Tanulmányaimból tudom, hogy a gyereknevelésben, a gyerek-szülő kapcsolatban a hideg korlátozótól, a hideg megengedően és a meleg korlátozón át a meleg megengedőig igen széles skálán mozog a szülői magatartás. Úgy tapasztalom, hogy ma szép számú szülő a hideg, még többen a meleg megengedő hozzáállással nevelnek, vagy ha a szabad nevelés hívei, hát hagyják nevelődni csemetéiket. Sok szülő szerint sérülhet a kicsi pszichéje, ha erősebben szólnak rá, vagy urambocsá! rácsapnak a kezére, fenekére, ha a szóból még vagy már nem ért. Így aztán felnevelődik sok olyan ember, akik az említett színház művészeihez hasonlóan mást akarnak, mint amit tenniük kellene vagy ahogy viselkedniük illene.

A szülők megkérdőjelezhetetlen feladata (lenne) gyermekük fejlődésének irányát, szabályait meghatározni. S bár feltétlen híve vagyok az egyén szabadságának, megítélésem szerint a szülő nem lehet mindenben teljességgel megengedő, mert utódjából felnőve így akár egy, az emberi értékeket nem becsülő, másokra tekintettel nem lévő önző, ember lesz.

Egykori pedagógusként és örök optimistaként azért bizakodom. Sok

elkényeztetett gyerekből lett remek ember felnőtt korára. Vagyis nincs veszve minden.

Veszélyes gyalogosok

Mindazoknak, akik nem használnak ilyen járműveket, abszolút elegük van a járdán, vagy úttesten életveszélyes módon robogó rolleresekből, a gyalogutat is használó, a sokakban félelmet gerjesztő ön- és közveszélyesen tekerő kerékpárosokból. Akad gyalogos is, akitől joggal tart a derék törvénytisztelő polgár, mert rossz kinézetű, piszkos, ittas vagy kábítószer hatása alatt áll de, és ezt mindenképpen a javukra írhatjuk, nem rohangásznak, csak simán mennek, esetleg tántorognak. Általában úgy két-három kilométer/órás sebességgel.

Meglehet, vannak igen gyors járású embertársaink is, akik a maguk ennél jóval nagyobb sebességével távolról már közelítik a labilis, bármikor balesetet okozni képes rolleresek robogását. Nyilván ez a tapasztalat íratta a jogalkotókkal azt a szlovák törvénymódosító indítványt, amely úgy intézkedik, hogy 2026 januárjától már csak maximum 6 kilométeres sebességgel lehet menni, futni, szóval valamilyen módon haladni a járdákon. Mármint természetesen gyalog.

Szomszédunkban a törvénnyé lett javaslat eredetileg a kerékpárosokat, elektromos rollereseket, görkorcsolyázókat, gördeszkásokat célozta volna meg, hogy ezzel a gyalogosok biztonságát növeljék, de valahogy azokra is érvényessé tették. Vége tehát a járókelők öldöklő rohangászásának, a gyalog száguldásnak, mert a törvény az törvény. Volt, aki a kedvenc közösségi portálján azzal viccelődött, hogy így a bűnözők is csak maximum 6 kilométer/órás sebességgel iszkolhatnak az őket kergető rendőrök elől. Nyilván a rend őrei megkülönböztető jelzéssel a fejükön vagy a ruhájukon annyival futnak majd, amennyivel csak tudnak.

Mindez annyiban érint bennünket, hogy jó, ha tudjuk, amikor Szlovákiában gyalogolunk majd az utcán, legyen nálunk sebességmérő, de még jobb, ha magunkra szereltetünk egy sebességkorlátozó rendszert, mint

amilyen már elengedhetetlen kényelmi szolgáltatás a modern autókban van. A hírlapi kacsának is tűnő hír leginkább azért érdekes számunkra, mert arra mutat rá, hogy a leglehetetlenebb képviselői agymenések is képesek törvényi alakot ölteni.

Nem gondolom, hogy az ilyesfajta törvényi furcsaságok csak a kelet-közép-európai országokra jellemző, de tény, mifelénk is szép számmal születnek betarthatatlan és éppenséggel értelmetlen törvények, rendeletek, amelyeket aztán senki sem vesz figyelembe, sőt jószerével nem is képes azokat értelmezni. De vannak. Jól is jönnek amennyiben valaki valamiért szálka lesz a hatalom szemében, elő lehet kaparni az ilyen szabályokat és ezekre hivatkozva megzabolázni a renitens személyt.

Szakemberek állítják, hogy a gyors járású emberek tovább élnek, mint a lassan ballagók. Idehaza egyelőre még lehet vágtatni a járdákon, de jó lesz figyelni, a példa és az ostobaság ragadós.

Büntethetetlenek

- Nézze, nem akarom magát hitegetni – mondta a műhely tulajdonosa – még időpontot sem tudok mondani, amikor fogadni tudjuk az autóját.

Ez már a többedik próbálkozásom volt, hogy a kocsinkat futómű-beállításra vigyem. Kiderült, hogy legalább két hónapos a várólista a műhelyekben amelyeket megkerestem. Már azokban is. Mert mindazok, akik egyszer is időpontot kértek egy orvosi vizsgálatra, örülhettek, ha negyedéven belülre kaptak is. Persze ez sem megy egyszerűen, mert a legtöbb szakrendelőben csak egy hónapra látják előre az időpontokat. Ajánlatos a hónap első munkanapján bejelentkezni, amikor megnyílnak a következő hónap foglalási időpontjai, de akkor meg a sok hívás miatt gyakorlatilag elérhetetlenek a rendelők.

Sokat javít a helyzeten az Egészségablak alkalmazás, amellyel igen könnyű időponthoz jutni. Már amennyiben valahol is van éppen ilyen az országban. Próbaként megkíséreltem szemészeti időpontot foglalni, de sajnálatomra a lakóhelyem közelségben lévő vidéki nagyváros rendelőiben egyetlen szabad időpont sem volt. Budapesten viszont egy helyen már két nappal később egyetlen időpontban fogadtak is volna, de a többi kórházban

egyetlen lehetőséget sem találtam.

Elgondolkodtató, vajon a beteg mit tegyen, ha a magánorvoslást nem tudja megfizetni, viszont gyógyulni akar? A lefoglalt időpontok sokszor oly távoliak, hogy addigra az élethelyzete, állapota is megváltozhat a páciensnek, ezek miatt meglehet, el sem megy a hónapokkal későbbi rendelésre. Szóvá is tette az egészségügyért (is) felelős belügyminiszter egy konferencián, hogy sokan nem mennek el a már lefoglalt időpontra. Ahogy mondta, az ő lelkéhez közel áll, hogy ezt szankcionálják.

Az orvosok azonnal tiltakoztak a szankcionálás gondolatára is. Ahogy az egyik orvos barátom elmondta, nem büntetheti a beteget, mert ki lesz a felelős, ha többször sem jelenik meg az illető a rendelésen, akinek emiatt nem adnak újabb időpontot, vagy csak jóval későbbre és a beteg az ellátatlanság miatt meghal? Ugyanakkor akik nem mennek el a vizsgálatra és nem is mondják le, másoktól veszik el a lehetőséget, hogy időben orvoshoz jussanak.

Az említett doktornak egyik napján tizenkét eszközös vizsgálata volt az időpontfoglalások alapján, de hárman nem jelentek meg és nem is jelezték, hogy nem mennek. Bár a beteg, ha akarta volna, valószínűleg akkor sem jár sikerrel, mert telefonon szinte elérhetetlenek a szakrendelők, e-mailt a legtöbb helyen nem fogadnak és aki nem jártas az internet világában még a mobilapplikációban sem képes lemondani a vizsgálatot. Szóval, ha jóhiszeműen elhisszük, hogy mindenki időben visszamondaná az előre lefoglalt időpontját, mert közben meggyógyult vagy akadályoztatva van, akkor sincs módja erre. Legfeljebb, ha postagalambot küld, elutazik vagy elgyalogol a rendelőbe.

Ha még akkor is tud menni.

Lumbágó

Sohasem gondolta volna, hogy ez ennyire fájdalmas – panaszolta barátainak a doktor, aki eddig saját bevallása szerint is azt hitte, hogy betegei ezt erősen eltúlozzák. Mostantól, ahogy mondta, jobban együttérez majd a pácienseivel.

A derék háziorvos egy számára nem éppen szép napon kerti munka közben lehajolt, aztán úgy is maradt. Életében először tapasztalta meg azt, amit tanulmányaiból nagyon is jól tudott, hogy mi is az a lumbágó. Ez a sérülés, amelyet egy rossz mozdulat is kiválthat, a gerinc alsó szakaszán hirtelen éles derékfájdalmat gerjeszt, és komoly kínok közepette jelentős mozgáskorlátozottságot is okozhat.

Okozott is a doktornak, aki több évtized után először volt kénytelen kihagyni a következő napokban a rendeléseit. A baj a statisztika szerint nagyon is gyakori. A 30 és 60 év közötti magyarok estében, akiket a leggyakrabban ér ez a sérülés, 60 és 80 százalék között mozog a lumbágó, vagyis igen szerencsés az, akit elkerül ez a fájdalmas állapot.

Amikor gyötrelmes esetéről beszámolt barátainak az orvos, egyikük tréfásan megjegyezte, be kellene vezetni, hogy az orvosok, mielőtt elkezdik a gyógyító munkájukat, essenek át sok betegségen, mert úgy sokkal nagyobb empátiával viszonyulnak majd a betegeikhez és még a legjobb gyógymódot is könnyebben megtalálják a bajokra. A baráti társaság ötletelésbe is kezdett, hogy még ki mindenkinek kellene cselekedeteik előtt megismerkedni azzal, amiről később dönteni fognak, vagy amit irányítani szeretnének.

Azt mindannyian elfogadták, hogy például a legtöbb edző tudja, mivel jár, ha sikeres akar lenni tanítványa a sportágában, a tanárok is voltak diákok, nekik is élénk emlékeik lehetnek a rossz tanárokról, vagy hogy milyen egy jó pedagógus, vagyis van honnan tapasztalatot meríteniük. Természetesen hamar sorra kerültek a politikusok is, az egyes igen magas posztra sodródottak, a korábban ehhez mit sem értő döntéshozók. Szóba kerültek a sokmilliós fizetések, a magas kedvezmények, a mindenféle juttatások és az, hogy az illetők többsége igen gyorsan elfelejti honnan is jött, hogyan is élt korábban.

Meg is fogalmazódott gyorsan a társaság véleménye, miszerint a képviselőknek legalább egy évig maximum átlagbért kellene kapniuk és legfeljebb annyi – közlekedési, étkezési, lakhatási, stb. – térítést, kedvezményt, amennyit egy átlagos dolgozó kap a mai Magyarországon. Menjenek szépen bevásárolni hétvégére a lassan arany árába kerülő élelmiszerekből, átlagbérből fizessék a közüzemi díjakat, javíttassák a meghibásodott háztartási készülékeiket, járművüket, fizessék gyermekeik oktatási, ruházkodási és egyéb költségeit és amennyiben még marad a fizetésükből valami is, hát élvezzék az életet. Nyilván mindegyiküknek más lenne a hozzáállása az átlagpolgárok életéhez.

Ahova persze sohasem akarnának többé visszasüllyedni.